

Helsingin yliopisto  
Taloustieteen laitos  
Kuluttajaekonomia

**Lihan ja kasviproteiinien kulutus, muutos ja käytännöt –  
Kolmen kuluttajaryhmän tarkastelua**

MAISTERINTUTKIELMA KULUTTAJAEKONOMIASSA MAATALOUS-METSÄ-  
TIETEIDEN MAISTERIN TUTKINTOA VARTEN

Elina Nevalainen  
Syksy 2019

Tiedekunta – Fakultet – Faculty <b>Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta</b>		Laitos/Institution–Department <b>Taloustieteen laitos</b>	
Tekijä – Författare – Author <b>Elina Nevalainen</b>			
Työn nimi – Arbetets titel – Title <b>Lihan ja kasviproteiinien kulutus, muutos ja käytännöt – Kolmen kuluttajaryhmän tarkastelua</b>			
Oppiaine/Opintosuunta – Läroämne/Studieinriktning – Subject/Study track <b>Kuluttajaekonomia</b>			
Työn laji – Arbetets art – Level <b>Maisterintutkielma</b>		Aika – Datum – Month and year <b>Syksy 2019</b>	Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages <b>93 sivua+liitteet 14 sivua</b>
<p>Tiivistelmä – Referat – Abstract</p> <p>Tutkielman aiheina ovat lihan ja kasviproteiinien kulutuksen muutos sekä niiden kulutus ja tärkeys syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Tutkielmassa tarkastellaan lihan ja kasviproteiinien kulutuksen muutosta ruokatapojen ja ruokatottumuksen muutoksen käsitteellisiin vastinpareihin perustuen. Lisäksi tarkastellaan lihan ja kasviproteiinien kulutusta käytäntöjen teorian pohjalta. Tutkimus on määrällinen, ja sen aineisto on kerätty Taloustutkimuksen toteuttamana kyselynä tammiukuussa 2018.</p> <p>Tutkielman aineistosta on etsitty taustamuuttujia ja yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia, jotka selittävät lihan tärkeyttä ruoka-aineena syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Samoin on tarkasteltu papujen arvostusta ruoka-aineena selittäviä muuttujia. Tämän lisäksi aineistosta on muodostettu kolme kuluttajaryhmää vastaajien ilmoittaman lähimenneisyyden lihan, kasvien ja kasviproteiinien kulutuksen muutoksen perusteella. Näitä kolmea ryhmää eli keventäviä kuluttajia, kasviproteiineja lisänneitä kuluttajia ja muuttumattomia kuluttajia on verrattu keskenään lihan ja papujen tärkeyden, yleisten ruokaan liittyvien arvostusten ja kasviproteiineihin liittyvien mielikuvien suhteen. Tämän lisäksi on tarkasteltu ryhmien eroja sen suhteen, kuinka usein lihaa ja kasviproteiineja kulutetaan, korvataanko lihaa kasviproteiinituotteilla ja miten vastaajat aikovat muuttaa kulutustaan lähitulevaisuudessa.</p> <p>Tutkielman mukaan kaksi ryhmää on vähentänyt lihan kulutustaan. Keventävät kuluttajat ovat jossain määrin siirtyneet punaisesta lihasta broileriin, kalaan ja kasviksiin, kun taas kasviproteiineja lisänneet kuluttajat ovat vähentäneet kaikkea lihan kulutusta ja siirtyneet kuluttamaan kasviproteiineja. Näitä kahta ryhmää yhdistää ruoan terveellisyyden ja luonnollisuuden arvostus, mutta erottelevana muuttujina ovat uutuudenpelko sekä lihantuotantoon ja kulutukseen liittyvien eettisten ongelmien tärkeys. Keventävät kuluttajat ovat kasviproteiineja lisänneitä kuluttajia uutuudenpelkoisempia, kun taas kasviproteiineja lisänneet kuluttajat kiinnittävät enemmän huomiota eettisiin ongelmiin. Tarkasteltaessa lihan tärkeyttä syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä, liha on tärkeä ruoka-aine keventäville kuluttajille ja muuttumattomille kuluttajille. Kasviproteiineja lisänneille kuluttajille liha on selvästi vähemmän tärkeä ruoka-aine kuin muille ryhmille, ja kasviproteiineja lisänneet kuluttajat myös käyttävät kasviproteiineja säännöllisesti. Tällä ryhmällä on myös myönteisimmät mielikuvat kasviproteiineista verrattuna muihin ryhmiin.</p>			
Avainsanat – Nyckelord – Keywords <b>lihan kulutus, kasviproteiinit, kulutusmuutokset, käytännöt</b>			
Ohjaaja tai ohjaajat –Handledare – Supervisor or supervisors <b>Mari Niva ja Visa Heinonen</b>			
Säilytyspaikka – Förvaringställe – Where deposited <b>Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta/Taloustieteen laitos/Kuluttajaekonomia</b>			

## Sisällysluettelo

1 Johdanto .....	1
2 Muutos, käytännöt ja lihan kulutus .....	4
2.1 Ruokaan liittyvät muutokset ja niiden käsitteellistäminen .....	4
2.2 Lihan kulutus ja kulutuksen muutos .....	14
2.3 Käytäntöjen teoria.....	22
3 Tutkimuskysymykset.....	27
4 Tutkimusmenetelmät ja –aineistot .....	29
4.1 Kyselylomake ja aineiston kerääminen .....	29
4.2 Muuttujat ja analyysimenetelmät .....	33
5 Tulokset .....	41
5.1 Lihan ja papujen tärkeys syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä.....	41
5.2 Lähimenneisyyden kulutusmuutosten perusteella muodostetut kuluttajaryhmät..	52
5.3 Tulosten yhteenveto .....	65
6 Johtopäätökset ja pohdinta.....	69
6.1 Johtopäätökset .....	69
6.2 Pohdinta .....	74
6.3 Tutkimuksen luotettavuus ja yleistettävyyys .....	77
6.4 Jatkotutkimusaiheita .....	79
Lähteet .....	81
Kirjallisuus.....	81
Muut lähteet .....	92
Liitteet.....	94

## Kuviot ja taulukot

Kuvio 1. Lihan, naudanlihan, sianlihan ja siipikarjanlihan kulutus kg/henkilö/vuosi Suomessa 1950-2018. Lähde: Luke Tilastotietokanta. ....	16
Taulukko 1. Aineisto yleistettävyyys suhteessa väestöön (%). Lähde: Tilastokeskus.....	32
Taulukko 3. Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa. Logistinen regressioanalyysi (n=986).....	45
Taulukko 4. Lihan tärkeys ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa. Logistinen regressioanalyysi (n=986).....	47
Taulukko 5. Lihantuotannon ja kulutuksen eettisten ongelmien tärkeys. Logistinen regressioanalyysi (n=986).....	49
Taulukko 6. Papujen arvostus ruoka-aineena. Logistinen regressioanalyysi (n=986)....	51
Taulukko 7. Kuluttajaryhmät taustamuuttujittain (ristiintaulukointi (%), $\chi^2$ -testisuure, n=1000)). ....	53
Taulukko 8. Lihan, kasvisen, papujen ja kasviproteiinien kulutus ryhmittäin (ristiintaulukointi (%), $\chi^2$ -testisuure, (n=1000)).....	55
Taulukko 9. Yleiset ruokaan liittyvät arvostukset ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).....	57
Taulukko 10. Lihan ja papujen kulutus ja merkitys ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).....	59
Taulukko 11. Kuinka usein vastaajat korvaavat aterioissa lihaa pavuilla tai kasviproteiineillatuotteilla ryhmittäin (ristiintaulukointi (%), $\chi^2$ -testisuure, n=1000)....	61
Taulukko 12. Mielikuvat kasviproteiinituotteista ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).....	64

## **Liitteet**

Liite 1. Kyselylomake.....	94
Liite 2. Lihaa ja papujen kulutusta käsittelevien keskiarvomuuttujien väittämät ja Cronbachin alfa. ....	101
Liite 3. Yleisiä ruokaan liittyvien arvostusta käsittelevien summamuuttujien väittämät ja Cronbachin alfa. ....	102
Liite 4. Lihan kulutuksen tiheys ryhmittäin (ristiintaulukointi).....	104
Liite 6. Lihan kulutuksen aiottu muutos 2-3 vuoden aikana ryhmittäin (ristiintaulukointi).....	106
Liite 7. Kasvisten ja kasviproteiinien kulutuksen aiottu muutos seuraavan 2-3 vuoden aikana ryhmittäin (ristiintaulukointi).....	107

## 1 Johdanto

Tutkielmani käsittelee ruoan kulutusta sekä siihen liittyviä muutoksia ja käytäntöjä. Olen valinnut lihan kulutuksen tutkielmani aiheeksi siitä syystä, että eläinperäiseen ruokaan liittyy tällä hetkellä paljon yhteiskunnallista keskustelua. Lihaa arvostetaan ruoka-aineena, mutta lihan kulutukseen on myös liitetty kysymyksiä punaisen lihan terveellisyydestä, tuotantoeläinten kohtelusta ja lihantuotannon vaikutuksista ympäristöön. Lihan kulutus ja siihen liittyvät muutokset ovat osa erilaisten ruokaan liittyvien arvostusten, tottumusten, ruoanlaittotaidon, sosiaalisten suhteiden ja saatavilla olevien ruoka-aineiden vyyhtiä, jota pyrin selvittämään teoreettisten jäsenysten ja empiirisen aineiston perusteella. Toinen lihan kulutuksen rinnalla kulkeva teema on papujen ja kasviproteiinien kulutus. Markkinoille on viime vuosina ilmaantunut useita helppokäyttöisiä kasviproteiinituotteita, joita voi käyttää jauhelihan tai broilerisuikaleiden tapaan. Julkisissa ruokapalveluissa, kuten kouluissa ja päiväkodeissa, on melko pitkään käytetty kasviproteiineja, ja esimerkiksi Suomen puolustusvoimat on lisännyt kasvisaterioiden määrää loppuvuodesta 2018 alkaen (Puolustusvoimat 2018).

Ruokaan liittyvä kulutus on ajankohtainen teema tällä hetkellä. Hallitustenvälinen ilmastomuutospaneeli IPCC julkaisi lokakuussa 2018 raportin, jossa käydään läpi maapallon keskilämpötilan 1,5 asteen nousun vaikutuksia ja keinoja, joilla lämpeneminen voidaan pysäyttää 1,5 asteeseen (Ilmatieteen laitos 2019). IPCC:n raportissa mainitaan ilmastomuutoksen torjumisen yhtenä keinona eläinperäisten tuotteiden kysyntään vaikuttaminen ja muutokset ruokavaliossa eli lihan vähentäminen (De Coninck, Revi, Babiker, Bertoldi, Buckeridge, Cartwright, Dong, Ford, Fuss, Hourcade, Ley, Mechler, Newman, Revoktova, Schultz, Steg, Sugiyama 2018, 327). IPCC:n raportti on herättänyt paljon julkista keskustelua ilmastomuutoksen torjunnan keinoista, jotka vaikuttavat myös yksittäisten ihmisten kulutukseen. Sitra julkaisi toukokuussa 2019 raportin, jossa esitellään eri tapoja pienentää hiilijalanjälkeä. Liikkumiseen, asumiseen ja syömiseen liittyvillä kulutuksen muutoksilla voidaan raportin mukaan hillitä ilmastomuutosta, mutta näiden kulutusmuutosten tulisi toteutua laajamittaisesti. Raportin mukaan yksi keino vähentää hiilijalanjälkeä on lopettaa eläinperäisten elintarvikkeiden kulutus tai ainakin radikaalisti vähentää niiden käyttöä (Lettenmeier, Akenji, Toivio, Koide & Amellina 2019, 47-50). Kesä-

kuussa 2019 julkaistussa hallitusohjelmassa mainitaan yhdeksi ilmastoystävällisen ruokapolitiikan keinoksi kasvispainotteisen ruoan osuuden lisääminen julkisissa hankinnoissa ja ruokapalveluissa (Valtioneuvoston Kanslia 2019, 43).

Suomessa lihantuotannosta ja lihan kulutuksesta on käyty julkista keskustelua 2000- ja 2010-luvulla. Aihetta on käsitelty kirjallisuudessa ja eri medioissa. Keskustelussa keskeisiä teemoja ovat olleet lihan ympäristövaikutukset, tuotantoeläinten kohteluun liittyvät kysymykset sekä lihan kulutuksen vaikutukset terveyteen. Nykykeskustelussa uusia piirteitä ovat lihansyönnin vähentämisen uudenlainen valtavirtaistuminen ja sosiaalisen median mukaantulo. Jallinojan, Vinnarin ja Nivan (2019) mukaan sosiaalisella medially on merkittävä rooli vegaanisuteen ja kasvipohjaisen ruokaan liittyvien mielikuvien muuttamisessa. Sosiaalisen median toimijat ovat keskiössä kasvissyöntiin liittyvien mielikuvien muuttamisessa, kasvisruokien valmistamiseen liittyvän osaamisen rakentamisessa ja kuluttajayhteisöjen kiinnostuksen lisäämisessä vegaaniruokaa kohtaan. Erilaiset kasvissyöntiin liittyvät haasteet, joilla rohkaistaan kuluttajia kokeilemaan kasvissyöntiä tietyn aikaa, ovat keinoja lisätä kiinnostusta kasvisruokaa kohtaan (Jallinoja, Vinnari & Niva 2019, 165-166). Suomessa keskeisimmät kasvissyöntihaasteet ovat Lihaton lokakuu ja Vegaanihaaste. Vuonna 2013 sai alkunsa Lihaton lokakuu -kampanja, jonka taustalla oli Ylen Docventures -ohjelman toimittaja Riku Rantala. Kampanjan tavoitteena on vähentää tai olla kokonaan syömättä lihaa lokakuun aikana (Pohjolainen & Tapio 2016, 141). Vuonna 2014 järjestettiin myös ensimmäisen kerran Oikeutta eläimille -yhdistyksen Vegaanihaaste-kampanja, jossa tavoitteena on elää kuukausi vegaanisella ruokavaliolla (Vegaanihaaste).

Tutkielman teemana on lihan ja kasviproteiinien tärkeys syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä sekä lihan kulutuksen muutos. Tavoitteeni on ensinnäkin tarkastella lihan ja kasviproteiinien kulutusta sekä niiden kulutuksessa tapahtuneita muutoksia. Toiseksi pyrin tarkastelemaan tutkimusaineiston avulla lihan tärkeyttä ruoka-aineena syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä. Tavoitteeni on löytää lihan ja kasviproteiinien kulutuksen suhteen toisistaan erottuvia kuluttajaryhmiä. Tarkastelen sosiodemografisten taustatekijöiden ja ruokaan liittyvien arvostusten yhteyttä siihen, miten tärkeäksi liha koetaan syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä. Tämän lisäksi tarkaste-

len sosiodemografisten tekijöiden ja ruokaan liittyvien arvostusten yhteyttä eri kuluttajaryhmien lihan kulutuksen ilmoitettuun ja aiottuun muutokseen. Kolmanneksi tulen tarkastelemaan niitä tekijöitä, jotka ovat yhteydessä kasviproteiinien omaksumiseen osaksi syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjä.

Tutkielmani on tehty osana maa- ja metsätalousministeriön rahoittamaa RUOMU-hanketta, jossa tarkastellaan ruokamarkkinoiden muutoksia. Aineistona on käytetty hankkeen yhteydessä kerättyä määrällistä aineistoa. Määrällinen aineisto mahdollistaa tutkimieni ilmiöiden tarkastelun väestötasolla, ja samalla se antaa mahdollisuuden tehdä vertailua aikaisempaan lihan ja kasviproteiinien kulutusta käsittelevään määrälliseen tutkimukseen.

Tutkielmani etenee aiheen yleisen tarkastelun ja teoreettisen viitekehysten kautta tutkimuskysymyksiin ja -menetelmiin, analyysiin ja johtopäätöksiin. Toisessa luvussa käyn läpi ruokatapojen ja ruokatottumusten muutosta käsitteleviä vastinpareja. Tarkastelen lihan kulutusta Suomessa sekä lihan arvostusta ja helppoutta ruoka-aineena. Lihaan ruoka-aineena liittyy ristiriitoja herättäviä kysymyksiä, kuten lihan terveellisyys, ympäristövaikutukset ja eläintuotantoon liittyvät eettiset kysymykset. Käsittelen myös kasviproteiinituotteiden kulutusta, siihen liittyviä mahdollisuuksia ja haasteita. Samoin käsittelen käytäntöjen teoriaa ruokaan liittyvän kulutuksen ja sen muutoksen näkökulmasta. Kolmannessa luvussa esittelen tutkimusongelman, -kysymykset ja tutkimushypoteesin. Neljännessä luvussa esittelen tutkimuksessa käytettävän aineiston ja tutkimusmenetelmät. Viidennessä luvussa käsittelen tutkielman empiiristä osuutta eli aineiston analyysia, josta esitän tutkimukseni keskeiset tulokset. Kuudennessa luvussa tarkastelen analyysin tuloksia teoreettista viitekehystä vasten ja sekä arvioin tutkielman luotettavuutta. Tämän lisäksi käyn läpi mahdollisia aiheita jatkotutkimukselle.



## 2 Muutos, käytännöt ja lihan kulutus

Tässä luvussa käsitellään teoreettisia lähestymistapoja ruokaan liittyvään kulutukseen, sen muutokseen ja siihen liittyviin käytäntöihin. Muutosta tarkastellaan ruokatapoihin ja -tottumuksiin liittyvien käsitteellisten vastinparien kautta. Nykyhetken kulutuksen keskiössä ovat syömisen ja ruoanlaiton käytännöt, joita tarkastellaan lihan ja kasviproteiinien kulutuksen näkökulmasta. Tarkastelun kohteena ovat lihan kulutus historiallisesti, suomalaisten lihan kulutus sekä lihaan ruoka-aineena liittyvät arvostukset ja ristiriidat. Tämän lisäksi tarkastellaan kasviproteiinien kulutusta. Luvun lopussa tarkastellaan käytäntöjen teoriaa, sen yleispiirteitä ja sovellettavuutta tutkimusaiheen parissa.

### 2.1 Ruokaan liittyvät muutokset ja niiden käsitteellistäminen

Tässä osiossa käsitellään ruokatapojen ja ruokatottumusten muutosta sekä niihin vaikuttavia tekijöitä. Warde (1997) ja Mäkelä (2002) ovat tarkastelleet omissa tutkimuksissaan ruokakulttuurin muutokseen vaikuttavia vastinpareja. Warde on tarkastellut muutosta neljän vastinparin kautta, jotka ovat uutuudet ja perinteet, taloudellisuus ja yllisyys, helpous ja huolenpito sekä terveellisyys ja nautinto. Mäkelän vastinparit ovat vaivattomuus ja vaivannäkö, terveys ja nautinto, vastuullisuus ja itsekeskeisyys, teknologisuus ja luonnollisuus, yksin ja yhdessä sekä turvallisuus ja vaarallisuus. Tutkimuksen aiheen kannalta ei ole tarkoituksenmukaista käsitellä kaikkia vastinpareja. Olen valinnut tarkasteluun perinteet ja uutuudet, terveellisyyden ja nautinnon, vastuullisuuden ja itsekeskeisyyden, yksin ja yhdessä sekä helppouden ja vaivannäön.

Olen valinnut vastinparit sillä perusteella, että niiden avulla on tarkoituksenmukaista hahmottaa lihan ja kasviproteiinien kulutukseen liittyvää muutosta. Perinteet ja uutuudet viittaavat lihan kulutuksessa ruoka-aineiden vakiintumiseen ja muutokseen, joka liittyy uusiin ruoka-aineisiin tai uusiin tapoihin käyttää ruoka-aineita. Perinteinen ateriamalli on rakentunut pääruoka-aineen ympärille. Kuluttajilla on käsityksiä siitä, mitkä ovat perinteisiä ruokalajeja ja mihin yhteyteen eri ruokalajit kuuluvat. Uudet ruoka-aineet ja ruokalajit voivat muuttaa näitä käsityksiä. Terveellisyyden ja nautinnon sekä vastuullisuuden

ja itsekeskeisyyden vastinparien suhteen viitataan lihan kulutukseen liittyviin ristiriitoihin, jotka koskevat lihan terveellisyyteen, eläinten hyvinvointiin ja ympäristöön liittyviä kysymyksiä. Lihan kulutukseen liittyy kysymys terveellisyydestä erityisesti punaisen lihan suhteen. Terveellisyys ei ole käsitteenä yksiselitteinen, ja siihen voi liittyä erilaisia painotuksia. Vastuullisuus ja itsekeskeisyys taas viittaavat lihan kulutuksen ympäristövaikutuksiin ja lihantuotannon eettisiin kysymyksiin. Syömiseen liittyvä yhteisöllisyys käsittää syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvän sosiaalisuuden ja siinä tapahtuneet muutokset. Helppouden ja vaivannäön vastinparilla käsitellään ruoanlaittoon liittyvää vaivannäköä ja ruokamarkkinoilla olevia erilaisia tuotteita, joilla voidaan helpottaa ruoanlaittoa.

### *Perinteet ja uutuudet*

Warden (1997) mukaan uutuudet näkyvät uusina raaka-aineina, uusina valmistustapoina ja reseptien kansainvälistymisenä. Toisaalta ruokatapojen muutokset samalla voivat vahvistaa perinteitä. Warde viittaa Hobsbawnin ja Rangerin (1983) käsitteeseen tradition luominen (invention of tradition) sosiaalisena prosessina, jossa suhteellisen uudetkin toiminnot määritellään perinteiksi (Warde 1997, 63-64). Ilmonen (2007) erottelee traditiot ja konventiot toisistaan. Konventiot määrittelevät päivittäisiä rutiineja, kun taas traditiot ilmentävät kollektiivista muistelua, joka edellyttää traditioon kiinnittyneiltä tiettyjen rituaalien suorittamista samanaikaisesti. Traditiot määrittelevät erityisesti juhlaruokia, kun taas arkiruokia määrittää tottumus. Ruoat on jaoteltu arvostuksen perusteella ja juhlaruoat, jotka ovat yleensä eläinperäisiä, ovat arvostetumpia kuin arkiruokat. Konventio on vaikuttanut enemmän ruoan sisältöön, joka näkyy perinteisten kotiruokien suosiossa. Toisaalta suosittujen arkiruokien joukkoon on alkanut nousta erilaisia pikaruokia, kuten hamurilaisia, pizzoja ja pastoja. Traditiot taas säätelevät enemmänkin ruoan muotoa kuin sisältöä (Ilmonen 2007, 189-193).

Arkiruokien ruoka-aineiksi on valikoitunut jauhelihan ja broilerin kaltaisia ruoka-aineita, joita ei ole esimerkiksi saatavuutensa vuoksi käytetty aikaisemmin arkiruoissa. Sillanpään (1999) mukaan lihapullat, joiden keskeinen ainesosa jauheliha on, ovat olleet aikaisemmin pitoruokaa. Lihapullat yleistyivät 1920-luvulla länsisuomalaisissa pitopöydissä. Lihapullien valmistus yleensä ajoitettiin eläinten teurastuksen kanssa samaan aikaan, jotta

saatiin tarvittava liha raaka-aineeksi. Lihapullat olivat vielä 1950-luvulla pyhäruokaa, mutta niiden arkipäiväistyminen tapahtui jo 1960-luvulla. Jauhelihan saamiseksi piti aikaisemmin nähdä paljon vaivaa, mutta nyt sitä sai helposti kaupan lihatiskiltä. Lyhyen valmistusajan vuoksi jauheliharuoista tuli suosittuja. Lihapullia alettiin myydä myös valmisruokina (Sillanpää 1999, 163-165). Toivion (2009) mukaan broileria myytiin pitkään pääasiassa pakasteena, mutta 1980-luvulla broilerituotteiden määrä kasvoi, ja niitä sai myös tuoreena puolivalmisteena ja marinoituna. 1990-luvun alussa puolet myydyistä broilerista oli paloiteltua. Tuotekehityksen lisäksi broilerin suosiota lisäsi muun muassa suomalaisten lisääntynyt terveystietoisuus sekä kodintekniikan lisääntyminen, jonka myötä kotona ruoanlaittoon käytetty aika lyheni (Toivio 2009, 114-117).

Uutuudet tuovat ruokakulttuuriin uusia makutottumuksia, jotka rikkovat aikaisempia oletuksia syötäväksi kelpaavista ruoka-aineista (Ilmonen 2007, 237). Warden (1997) mukaan tarjolla olevat ruoka-aineet ja reseptit vaikuttavat siihen, mitä ruokaa syödään. Esimerkiksi Isossa-Britanniassa 1960-luvulla uusien ruoka-aineiden tai valmistustekniikoiden määrä ruokaresepteissä lisääntyi huomattavasti. 1990-luvulla ruokauutuuksien määrä vähentyi ja huomio kiinnittyi enemmän etnisiin keittiöihin (Warden 1997, 59-60). Purhosen, Gronowin, Heikkilän, Kahman, Rahkosen ja Toikan (2014) mukaan suomalaisessa ruokakulttuurissa erilaiset etniset keittiöt alkoivat yleistyä 1980-luvun lopulta alkaen. Parissa vuosikymmenessä erilaisten etnisten ravintoloiden määrä on moninkertaistunut pelkästään Helsingissä. Tällä hetkellä suomalaisessa ruokakulttuurissa vallitseva trendi on siirtyminen kohti kevyempiä ja globaaleja ruokalajeja (Purhonen, Gronow, Heikkilä, Kahma, Rahkonen & Toikka 2014, 182). Saatavilla olevat ruoka-aineet ja reseptit määrittelevät ruokaan liittyviä käytäntöjä. Uusien raaka-aineiden ja valmistustapojen myötä opitaan valmistamaan ja koostamaan aterioita uusilla tavoilla.

### *Terveellisyys ja nautinto*

Terveelliseen syömiseen ja ruokaan liittyvät kysymykset yksilöllisistä valinnoista, jaetuista käsityksistä eri ruokien terveellisyydestä ja epäterveellisyydestä sekä siitä, miten yhteiskunta pyrkii suosituksilla ohjaamaan käsityksiä terveellisestä ruoasta. Kansallisilla

ravitsemussuosituksilla pyritään vaikuttamaan kansanterveyteen, ja ne ovat myös tarkoitettu käytettäväksi ammattikeittiöiden suunnittelussa, elintarviketeollisuuden tuotekehittelyssä ja kasvatuksessa perusaineistona (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 5).

Suomalaisten ravitsemussuosistusten (2014) mukaan punaista lihaa ja lihavalmisteita tulisi syödä viikossa enintään 500 grammaa kypsää lihaa, mikä vastaa raakapainoltaan 700-750 grammaa. Suosituksissa kehoitetaan suosimaan siipikarjaa ja kalaa punaisen lihan sijaan. Tätä perustellaan sillä, että ruoan rasvan laatu paranee ja energiatiheys laskee (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 17, 22). Punaisen lihan kulutuksella on yhteys paksusuolensyövän riskiin, ja tällä hetkellä tutkitaan punaisen lihan yhteyttä sydän- ja verisuitauteihin ja tyypin 2 diabetekseen (Fogelholm 2016, 92-93). Suomalaisten lihan kulutuksessa on huomattavissa siirtymistä punaisesta lihasta siipikarjanlihaan. Latvalan, Nivan, Mäkelän, Poudan, Heikkilän, Kotron ja Forsman-Huggin (2012) mukaan suomalaisten lihan kulutus on ainakin osittain muuttumassa. Siipikarjanlihan kulutuksen lisäämiseen vaikuttavat ruoan terveellisyyteen liittyvät syyt, mutta siipikarjan lisäämistä perustellaan myös muuttuneella makutottumuksilla (Latvala, Niva, Mäkelä, Pouta, Heikkilä, Kotro & Forsman-Hugg 2012, 75).

Mäkelän (2002) mukaan ruokaan liittyvä terveellisyys ei ole uusi asia ja pitkään on koettu, että ruoan terveellisyys on vastakohtana ruoasta saatavalle nautinnolle. Tuotekehittelyn myötä tämä jaottelu on loiventunut. Toisaalta herkuttelutuotteet voivat olla poikkeuksia muuten terveellisessä ruokavaliossa. Elintapasuositukset ovat pehmentyneet, mutta samalla yksilön vastuu on korostunut ruokavalinnoissa (Mäkelä 2002, 26-27). Warde (1997) mukaan ruokaan liittyvän terveellisuuden ja ravintosisältöjen ottaminen huomioon resepteissä on ollut osa kotitalouden ruoanlaiton rationalisoitumista, jolla tarkoitetaan yleistä ruoanlaiton ja ruokareseptien muuttumista tarkemmiksi sekä ruoka-aineiden mitattavuuden paranemista. Ruoan ja terveyden välinen yhteys on tunnustettu. Julkisen terveyskeskustelun myötä esimerkiksi vähärasvaisten ja vähäsokeristen tuotteiden myynti on lisääntynyt. Warde huomauttaa, että asenteet terveellistä syömistä kohtaan ovat myönteisiä, mutta tämä ei välttämättä vaikuta syömiskäyttäytymiseen. Ruokatottumukset ovat jossain määrin muuttuneet terveellisemmiksi, mutta samalla terveellinen syöminen vaihtelee iän, sukupuolen ja yhteiskunnallisen aseman myötä (Warde 1997, 80-83).

Terveellisiin ja epäterveellisiin ruokiin liittyy erilaisia määreitä. Konttisen, Sarlio-Lähteenkorvan, Silvennoisen, Männistön ja Haukkalan (2013) tutkimuksen mukaan kuluttajilla löytyy eroa asenteissa terveellisten ruokien, kuten kasvisten, ja energiatiheden ruokien (pasteijat, pizza, hampurilaiset, ranskalaiset perunat, makkara ja majoneesipohjaiset salaattit) välillä. Kuluttajat yhdistävät ruoasta saatavan nautinnon, mukavuuden, hinnan ja tuttuuden energiatiheden ruokien suurempaan kulutukseen verrattuna kasvisten kulutukseen, kun taas ruoan terveellisyys ja eettisyys yhdistetään kasvisten ja hedelmien suurempaan kulutukseen (Konttinen, Sarlio-Lähteenkorva, Silventoinen, Männistö & Haukkala 2013, 876).

Pyrkimys terveelliseen syömiseen vaihtelee sukupuolesta ja sosioekonomisesta asemasta riippuen. Konttisen ynnä muiden (2013) mukaan ruokaan liittyvät valintamotiivit vaihtelevat sosioekonomisen aseman mukaan. Korkeammassa sosioekonomisessa asemassa oleville ruoan terveellisyys on keskeinen motiivi, kun taas alemmassa sosioekonomisessa asemassa oleville ruoan hinta ja tuttuus ovat tärkeämpiä motiiveja (Konttinen ym. 2013, 877-878). Latvalan ynnä muiden (2012) mukaan naiset ovat vähentäneet tai pyrkivät vähentämään punaista lihaa, ja samoin naiset ovat pyrkineet lisäämään kasvisten kulutusta. Punaista lihaa kuluttava ryhmä on miesvaltainen ja matalasti koulutettu (Latvala ym. 2012, 75). FinRavinto-tutkimuksen (2018) mukaan naisten ja miesten välillä on selvä ero etenkin punaisen ja prosessoitun lihan kulutuksen suhteen. Neljä viidesosaa miehistä kuluttaa punaista ja prosessoitua lihaa yli suositusten, kun taas naisista yksi neljäsosa ylittää suositukset. Kasvisten, hedelmien ja marjojen suhteen 14 prosenttia miehistä ja 22 prosenttia naisista saavuttaa suositetun määrän (500g/vrk) (Kaartinen, Tapanainen, Reinivuori, Virtanen, All-Kovero & Valsta 2018, 55-56).

### *Vastuullisuus ja itsekeskeisyys*

Vastuullisuus ja itsekeskeisyys liittyvät ruoan kuluttamisen ympäristöllisiin ja yhteiskunnallisiin vaikutuksiin. Mäkelän (2002) mukaan ihmiset kiinnittävät yhä enemmän huomiota syömänsä ruoan vaikutuksiin. Ruokavalinnat nähdään moraalisina tai eettisinä valintoina. Oman hyvinvoinnin lisäksi ruokavalinnoissa on otettava huomioon myös ympäristön, eläinten ja muiden ihmisten hyvinvointi. Ajatellaan, että vegetarismi ja veganismi,

reilun kauppa, luomu ja lähiruoka ovat ruokavalintoja, joissa pyritään ottamaan huomioon eläinten oikeudet, ympäristö ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus (Mäkelä 2002, 27-28).

Tässä tutkimuksessa puhutaan eettisestä kuluttamisesta, joka lihan ja kasvisproteiinien kulutuksen viitekehyksessä käsittää ruokaan liittyvät ympäristövaikutukset ja tuotantoeläinten hyvinvointiin liittyvät kysymykset. Shaw'n (2007) mukaan eettinen kuluttaja pyrkii tekemään omassa kulutuksessaan sitoumuksia, joilla on pyrkimys vaikuttaa laajemmin yhteiskuntaan. Eettiseen kuluttamiseen sisältyy vahvasti yhteiskunnallinen viitekehys (Shaw 2007, 143). Eettiseen kuluttamiseen liittyy tietoisia valintoja liittyen omaan kulutukseen ja pyrkimykseen kuluttaa vastuullisesti. Lihan kulutuksessa keskeiseksi kysymykseksi nousee lihantuotannon ympäristövaikutukset ja tuotantoeläinten kohtelu.

Katajajuuri ja Pulkkinen (2016) käyvät artikkelissaan läpi lihantuotannon ympäristövaikutuksia. Ruoka on itsessään merkittävä ympäristökuormittaja, erityisesti eläinperäisten tuotteiden osalta. Lihantuotanto vaatii paljon erilaisia resursseja, kuten ravinteita, maapinta-alaa, energiaa ja vesivaroja. Se on suhteessa tehotonta verrattuna kasviviljelyyn (Katajajuuri & Pulkkinen 2016, 51-53). Lihantuotanto vie myös viljelypinta-alaa ihmisravinnoksi kelpaavilta kasveilta (Mononen & Silvasti 2012, 20). Eri tuotantoeläimillä on eritasoisia ympäristövaikutuksia. Naudan ympäristövaikutus on suurin, mutta ympäristövaikutuksen suuruus on sidottu siihen, onko kyseessä liha- vai lypsykarja. Sioilla ja siipikarjalla on nautaa matalampi ympäristövaikutus (Katajajuuri & Pulkkinen 2016, 67-69). Broilerintuotannon ympäristövaikutus on pienehkö, mutta broileri saatetaan silti kokea ongelmalliseksi ruoka-aineeksi tuotantoeläinten elinolojen vuoksi (Mäkelä & Niva 2016, 26). Jokisen, Vinnarin ja Kupsalan (2012) mukaan suomalaisilla on verrattuna muihin Euroopan maihin vahva luottamus siihen, että eläinten hyvinvointi on kunnossa. Tämä saattaa liittyä Suomen myöhäiseen kaupungistumiseen ja siihen, että monilla suomalaisilla on siteitä maaseudulle (Jokinen, Vinnari & Kupsala 2012, 200).

Lihan kulutuksen suhteen on huomioitava se, miten kuluttajat näkevät yhteyden tuotantoeläinten ja valmiin lihatuotteen välillä. Evansin ja Mielen (2012) mukaan kuluttajat eivät välttämättä hahmota yhteyttä elävän eläimen ja siitä tuotetun ruoan välillä. Lihatuotteiden esillepano vaikuttaa siihen, miten kuluttajat hahmottavat lihatuotteen eläinperäisyyden. Pitkälle prosessoidut tuotteet herättävät vähän reaktioita, kun taas eläinten osiksi tunnistetut lihatuotteet vetävät kuluttajan huomion tuotteen eläinperäisyyteen (Evans & Miele 2012, 304-305). Kupsalan (2018) mukaan on löydettävissä erilaisia puhetapoja koskien eläimen ja lihatuotteen välistä linkkiä haastateltaessa suomalaisia fokusryhmiä. Maataloustaustaisuus vaikuttaa siihen, että eläimestä saatavia osia käytetään monipuolisesti ruoanlaitossa ja pyritään hankkimaan liha lähituotantona, vaikka ruoantuotannon teollistuminen on tehnyt tästä hankalaa. Eläimen hyvinvoinnin katsotaan vaikuttavan siitä saatavan lihan laatuun. Niillä vastaajilla, jotka ostavat lihatuotteet valmiiksi pakattuna ja joilla on vähän tekemistä tuotantoeläinten kanssa, on vahvin dissosiaatio elävän eläimen ja lihatuotteen välillä. Naisvaltaisilla ryhmillä on enemmän emotionaalisia jännitteitä suhteessa eläinten tappamiseen ruoaksi kuin miesvaltaisilla ryhmillä. Emotionaalisia jännitteisiin vaikuttaa myös se, että vastaaja on tuotantoeläinten kanssa tekemisissä (Kupsala 2018, 208-209).

Kyselytutkimusten mukaan ihmiset ovat valmiita muuttamaan kulutustaan jossain määrin esimerkiksi ympäristösyiden perusteella. Tarkastellessa eri vaihtoehtoja lihan kulutuksen muuttamiselle kohti nykyistä kestävämpää kulutusta lihan kulutuksen vähentäminen ja selvästi eettisemmin tuotetut lihatuotteet ovat suosittujen vaihtoehtojen joukossa. Lihasta ei olla kuitenkaan täysin valmiita luopumaan. De Boerin ja Aikingin (2018) mukaan tarkastellessa eurooppalaisten vastaajien halukkuutta muuttaa lihan kulutusta ympäristösyistä, puolet vastaajista oli valmis korvaamaan lihan kokonaan, kolme neljäsosaa oli valmis luopumaan kokonaan punaisesta lihasta ja neljä viidesosaa oli valmis syömään vähemmän, mutta eettisemmin tuotettua lihaa (De Boer & Aiking 2018, 35). Vanhonackerin, Van Loon, Gellynckin ja Verbeken (2013) mukaan lihan kulutuksen vähentäminen, lihatuotteet, joiden ympäristövaikutukset ovat aikaisempaa vähäisempiä ja luomuliha ovat kuluttajien mielestä selkeästi hyväksyttävämpiä vaihtoehtoja kuin lihaa korvaavat kasviproteiinituotteet, kun tarkastellaan kulutushalukkuutta ja maksuhalukkuutta (Vanhonacker, Van Loo, Gellynck & Verbeke 2013, 11).

*Yksin ja yhdessä*

Mäkelä (2003) viittaa Murcottin (1983) ajatukseen siitä, että yksi ruokaan liittyvistä nauttinnoista on aterian valmistaminen toisille. Itsevalmistettu ruoka on lahja. Mäkelä huomauttaa, että keskustelu yhdessä syömisen häviämisestä liittyy oletukseen siitä, että aikaisemmin on syöty yhdessä, vaikka näin ei ole välttämättä ole ollut. Perheaterian lisäksi syömiseen liittyvää yhteisöllisyyttä voidaan tuottaa myös muualla kuin kotona (Mäkelä 2003, 64-65). Ateriaan ja syömiseen liittyy syömisen sisällön ja erilaisten käyttäytymissääntöjen mukaan sosiaalisuus, kuten arkiaterioilla, jotka ovat perheen kokoontumishetkiä (Mäkelä 1996b, 15-16).

Perheateria on säilyttänyt asemansa, mutta sen käsite on laajentunut. Janhonen, Benn, Fjellström, Mäkelä ja Palojoki (2013) viittaavat Brembeckin (2005) huomioihin siitä, että pikaruokapaikassa syöty ateria voi olla perheateria. Yhteinen perheateria ei välttämättä ole päivän pääateria tai ravitsemuksellisesti korkealaatuinen ateria (Janhonen, Benn, Fjellström, Mäkelä & Palojoki 2013, 588). Syömisestä on yleisesti tullut vähemmän formaalia ja siihen liittyy muita toimintoja, kuten television katsomista, sekä yksin syöminen on myös lisääntynyt (Holm, Lauridsen, Lund, Gronow & Niva 2016, 362-363).

Pohjolainen ja Tapio (2016) huomauttavat, että ruoan valmistaminen käytäntönä on edelleen sukupuolittunut ja perhekeskeinen. Perheen perustaminen voi tuoda muutoksia yksilöiden ruokailutottumuksiin. Tämä saattaa esimerkiksi luoda painetta kasvispainotteisesti syöväälle naiselle tehdä liharuokaa miehelle ja lapsille (Pohjolainen & Tapio 2016, 147). Puolisoiden välillä saattaa olla näkemyseroja siitä, mikä on riittävää ruokaa, ja lasten makumieltymykset vaikuttavat myös perheessä tarjottavaan ruokaan (Holm & Möhl 2000, 279).



Sukupuolten välinen ero kotitalouden aterioiden valmistamisessa on kuitenkin pienentynyt. Holmin, Pipping Ekströmin, Hachin ja Lundin mukaan (2015) mukaan tarkasteltaessa pohjoismaita (Suomi, Ruotsi, Tanska ja Norja) vuosien 1997 ja 2012 välillä voidaan havaita, että miesten osuus kotitalouden aterioiden valmistamisessa on noussut, kun taas naisten osuus on laskenut. Pohjoismaisia ruokailutottumuksia ja syömistä kartoittaneen tutkimuksen mukaan vuonna 2012 miehet valmistivat 30 prosenttia kotitalouden päivittäisistä iltaterioista, kun taas naisilla vastaava osuus oli 50 prosenttia. Yhdessä valmistettujen aterioiden osuus oli myös hieman noussut. Tutkimuksessa olleiden maiden välillä on jonkin verran eroja, mutta kokonaisuudessaan työnjako aterioiden valmistamisessa on tasaantunut sukupuolten välillä vuosien 1997 ja 2012 välillä. Erityisesti keskiluokkaiset miehet osallistuvat aterioiden valmistamiseen, kun taas naisilla sosiodemografiset tekijät eivät vaikuta aterioiden valmistamiseen (Holm, Pipping Ekström, Hach & Lund 2015, 597-600).

Huomionarvoista on se, että kotona ruoan valmistamista ei välttämättä enää koeta samalla tavalla hoivatyönä, vaan ruoan valmistaminen voidaan nähdä myös yhtenä itseilmaisun muotona. Kotiruoan asema on muuttunut ja sen status on noussut viime vuosikymmeninä. Buggen ja Almåsin (2006) mukaan ruokaan, keittiötarvikkeisiin ja keittiötilaan käytetyn rahan määrä on kasvanut. Samoin ruoan representaatiot mediassa ovat muuttuneet, sillä ruoka ei ole pelkästään perheelle tarjoiltu ravitseva ateria, vaan osa yksilön omaa identiteettityötä. Perinteisesti kotiruoalla on ollut merkitys kodin ja perheen rakentamisessa, sillä perheateria on katsottu olevan ideaalin perhe-elämän keskeinen symboli (Bugge & Almås 2006, 204, 207).

### *Helppous ja vaivannäkö*

Warden vastinpari käsittelee huolenpitoa ja helppoutta, kun taas Mäkelän vastinpari on vaivannäkö ja vaivattomuus. Warde (1997) viittaa huolenpidon ja helppouden vastinparilla siihen, että kulutus on kaupallistunut ja ruoanlaitossa erilaiset arkea helpottavat tuot-

teet ja kodinkoneet ovat lisääntyneet, mutta ne eivät ole kuitenkaan poistaneet kotitaloudessa tehtävää työtä (Warde 1997, 126). Mäkelän (2002) mukaan helppous on tullut osaksi ruokakulttuuria elintarviketeollisuuden ja yhteiskunnallisten vaatimusten myötä. Tarjolla on yhä enemmän valmisruokia ja puolivalmisteita. Suomessa vahvan omatekoisuuden arvostuksen vuoksi tarjolla on erityisesti puolivalmisteita, joille ruoanvalmistaja voi antaa oman loppusilauksensa (Mäkelä 2002, 25-26). Suomessa pakastettujen ja muiden valmisruokien kulutus kasvoi 1980-luvulla merkittävästi (Prättälä & Helminen 1990; Sillanpää 1999, 199).

Sillanpään (1999) mukaan valmisruokien lisääntynyt kulutus on aiheuttanut huolta suomalaisen ruokakulttuurin katoamisesta. Valmisruokien käyttö on kuitenkin liittynyt arki-ruokailun helpottamiseen. Valmisruokia ovat käyttäneet myös yksin elävät ihmiset. Suomalaisessa ruokakulttuurissa itsetehtyä ruokaa on arvostettu paljon, ja se myös koetaan moraalisenä kysymyksenä. Toisaalta Sillanpää huomauttaa, että ilman valmisruokia monet perinteiset, paljon työtä vaativat tai muuten haasteelliset ruokalajit, kuten maksalattikko, veriletut, kaalikääryleet ja hernekeitto olisivat todennäköisesti hävinneet ainakin arkiruokailusta (Sillanpää 1999, 201-202).

## 2.2 Lihan kulutus ja kulutuksen muutos

Lihan kulutuksen muutoksessa on kyse hitaasta muutoksesta. Kulutustottumukset ovat muuttuneet viime vuosikymmeninä, ja niihin ovat vaikuttaneet lihatuotteiden saatavuus, helppokäyttöisyys, makutottumukset sekä yhteiskunnallinen ohjaus esimerkiksi ravitsemussuositusten ja joukkoruokailun muodossa. Lihan kulutusta tutkittaessa on otettava huomioon sen merkitys ja asema etenkin länsimaaisessa ruokakulttuurissa. Holmin ja Møhlin (2000) mukaan liha nousee ruokahierarkiassa korkealle, ja se on usein aterialla keskiössä. Lihan merkitys näkyy siinä, miten se asettuu aterioilla ja ruokalajin yhtenä ruoka-aineena suhteessa muihin ruoka-aineisiin. Liha on aterian keskeinen nimittäjä, vaikka se olisikin yksi ruoka-aine muiden joukossa (Holm & Møhl 2000, 277). Fiddesin (1991) mukaan liha käsitteenä on kulttuurisesti keskeinen, ja se voidaan havaita kasviperäisten lihankorvikkeiden kulutuksessa. Osa lihaa välttävästä ihmisistä pyrkii täyttämään lihan jättämän aukon korvaavalla tuotteella, joka jäljittelee lihan ravintosisältöä ja joskus myös lihatuotteen muotoa (Fiddes 1991, 16).

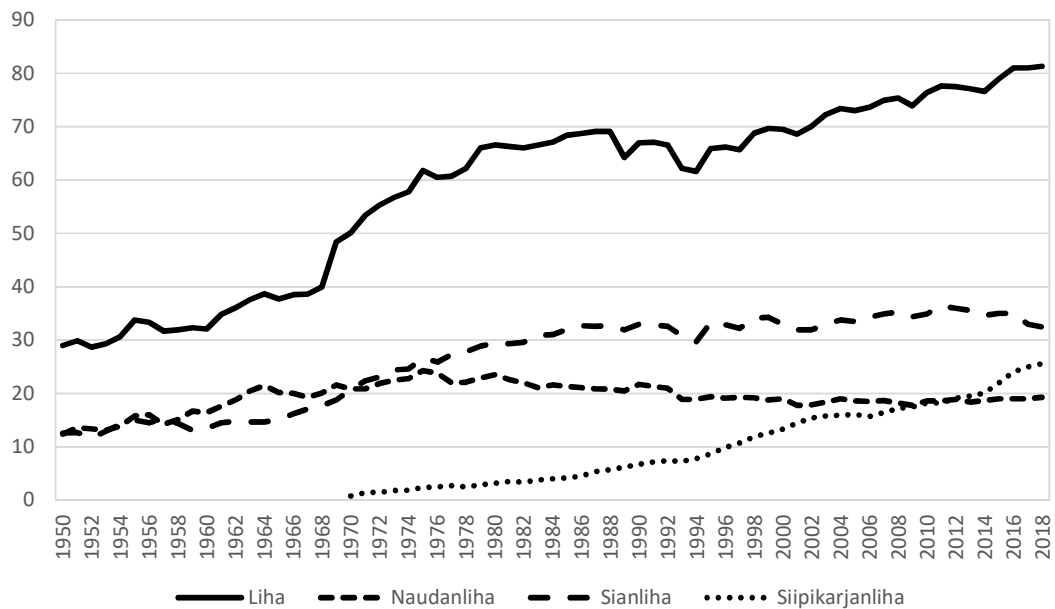
Lihan asema ruoka-aineena on alkanut muuttua, vaikka lihan kulutus on pysynyt korkealla. 1990-luvulla käydyssä keskustelussa lihan merkitykset ruoka-aineena ovat kokeneet muutoksen. Fiddesin (1997) mukaan liha on menettänyt aikaisempaa statustaan monesta eri syystä. Kasvissyöjien ja kasvisruokia suosivien osuus on kasvanut. Lihan markkinointi on muuttunut ja se myydään muodossa, jossa sen alkuperä elävästä eläimestä peräisin olevana on häivytetty. Lihan merkitys terveelliselle ruokavaliolle on myös kyseenalaistettu. Suositukset painottavat lihan vähentämistä sekä hedelmien ja kasvien lisäämistä ruokavaliossa (Fiddes 1997, 254–255). Fiddes (1991) huomauttaa, että lihantuotantoa käsittelevässä keskustelussa eläintaudit ja niihin liittyvät lihantuotannon kriisit ovat olleet myös aikaisemmin keskeinen osa keskustelua, samoin terveys- ja ympäristötietoisuuden nousu (Fiddes 1991, 230–231). Nivan, Mäkelän, Kahman ja Kjærnesin (2014) mukaan suhtautuminen lihan kulutukseen on muuttumassa, sillä viidennessä suomalaisista vastaajista kertoi syövänsä lihaa korkeintaan kaksi kertaa viikossa tai vähän kerrallaan, ja viidennessä kertoi haluavansa tehdä muutoksen tähän suuntaan (Niva, Mäkelä, Kahma, Kjærnes 2014, 471).

Suomalaisten lihan kulutus on kuitenkin kasvanut viime vuosikymmeninä. Keskeiset lihan kulutuksen muutokset vuodesta 1950 alkaen ovat sianlihan kulutuksen kasvu 1960-luvulta 1980-luvulle ja siipikarjanlihan, erityisesti broilerin, kulutuksen lisääntyminen 1990-luvulta alkaen (Kuvio 1). Lihan arvostus ruoka-aineena, siihen liittyvä helppous ja tottumukset määrittelevät lihan kulutusta. Samalla lihan kulutuksen merkityksiin on tullut näkemyksiä, jotka kiinnittävät huomiota lihan kulutukseen liittyviin ongelmiin. Näitä ovat terveyteen ja lihan kulutuksen ympäristövaikutuksiin liittyvät kysymykset. Ruokamarkkinoille on tullut muutaman viime vuoden aikana erilaisia helppokäyttöisiä kasviproteiinituotteita. Kasviproteiinituotteiden kulutus on vielä pientä, mutta se on kasvussa (Aalto 2018, 35). Nykyaikaista lihan kulutusta määrittelee runsaus ja helppo saatavuus. Lihan kulutus ei ole sidottu vuodenaikoihin, vaan erilaisia lihatuotteita on saatavissa lähikaupasta ympäri vuoden. Suurin osa suomalaisista kuluttaa lihaa jossain muodossa.

Lihan kulutus nykyisessä, etenkin länsimaalaisessa mittakaavassa on varsin uusi ilmiö. Aikaisemmin lihan kulutus oli yhteydessä yhteiskunnalliseen asemaan. Eliaksen (1978) mukaan keskiajalla yläluokka saattoi kuluttaa lihaa huomattavia määriä, tosin tässäkin oli eroa aateliston sisällä. Talonpojilla ei ollut yksinkertaisesti varaa lihaan. Luostareissa lihasta kieltäydyttiin moraalisisista ja uskonnollisista syistä (Elias 1978, 118). Sillanpään (2003) mukaan suomalaisen talonpojan ruokavalio on 1800-luvulle asti koostunut pitkälti ruisleivästä, suolakalasta, juureksista, puuroista ja keitoista. Karjaa oli vähän, joten maidotuotteiden merkitys oli vähäinen. Tuoretta lihaa on saatu pääasiassa syksyisin. Muuten on tyydytty eri tavoin säilöttyyn lihaan. Säätyläisten keskuudessa juhlaruokina esiintyi useita erilaisia liharuokia, mutta on otettava huomioon se, että nämä olivat nimenomaan juhlaruokia. Arkisin säätyläiset söivät varsin vaatimattomasti. Suomessa lihan kulutus on lähtenyt nousuun vasta 1960-luvulla. Pääasiassa kulutus koostui pitkään naudan- ja sianlihasta. 1960-luvulla teollisten valmistusmenetelmien kehitys teki lihajalosteista, kuten makkarasta, halpaa perusruokaa (Sillanpää 2003, 16-19).

### *Lihan kulutus Suomessa*

Luonnonvarakeskuksen ravintotaseen mukaan Suomessa lihaa kulutettiin vuonna 2018 noin 81 kiloa henkilöä kohti eli noin 1,5 kiloa henkeä kohden viikossa. Vuonna 1950 vastaava luku oli 29 kiloa. Lihan kulutuksen määrät kasvoivat merkittävästi 1960-70-luvun taitteesta 1980-luvulle, jonka jälkeen kulutuksen kasvu on ollut maltillisempaa (Kuvio 1). On otettava huomioon, että ravintotaseessa käytetty määrä mittaa ruhopainoa, jolloin mukana ovat luut ja muut syömäkelvottomat osat, joten todellinen viikkokulutus on noin 1,1 kiloa henkeä kohti (Ovaskainen 2016, 39-40).



Kuvio 1. Lihan, naudanlihan, sianlihan ja siipikarjanlihan kulutus kg/henkilö/vuosi Suomessa 1950-2018. Lähde: Luke Tilastotietokanta.

Tilastokeskuksen kulutustutkimuksessa (2018) on verrattu vuosien 1966-2016 elintarvikkeiden kulutusta. Tutkimuksessa on tarkasteltu kotitalouksien kotiin ostettuja elintarvikkeita, joten siinä esitetyt lihan kulutusmäärät eroavat Luonnonvarakeskuksen ravintotaseen kulutusmääristä. Tuoreen naudan- ja sianlihan kulutus ovat kummatkin vähentyneet tällä tarkastelujaksolla, mutta siipikarjan kulutus, joka on tilastoitu omana luokkanaan vuodesta 1998, on kolminkertaistunut vuosina 1998-2016. Samoin erilaisten makkara- tuotteiden kulutus on laskenut, mutta samalla lihasäilykkeiden ja -einesten kulutus on kasvanut (Aalto 2018, 15-17).

Aallon (2018) mukaan suomalaiset kuluttivat vuonna 2016 yhteensä 27,2 kiloa lihaa henkeä kohti. Kyseessä on kotitalouksien vähittäiskaupasta kotiin ostettu lihamäärä. Kulutus lisääntyi hieman vuodesta 2012, jolloin se oli 26,7 kiloa lihaa henkeä kohti. Suurinta lihan kulutus on yksin asuvilla miehillä ja lapsettomilla pariskunnilla. Lähes puolet kulutetusta määrästä on siipikarjanlihaa. Erityisesti maustamattoman broilerin osuus on kasvanut. Punaisen lihan kokonaiskulutus on pudonnut vuodesta 2012. Naudanlihasta merkittävä osa ostetaan jauhelihana, kun taas sianliha kulutetaan pääasiassa raakana maustettuna lihana ja kinkkuna (Aalto 2018, 22-23). Lihan kulutuksessa näyttäisi olevan siirtymää punaisesta lihasta siipikarjanlihaan, vaikka lihan kokonaiskulutus ei ole laskenut. Luonnonvarakeskuksen ravintotaseessa siipikarjanlihan kulutuksen kasvu selittää lihan kokonaiskulutuksen kasvua (Kuvio 1). Samoin Tilastokeskuksen kulutustutkimuksen mukaan broilerin kulutus oli lisääntynyt muista lähes kaikissa käyttäjäryhmissä (Aalto 2018, 23).

#### *Lihan arvostus ruoka-aineena ja lihan kulutuksen ristiriidat*

Lihan kulutus on arkipäiväistynyt, mutta sen merkitys arvokkaana pidettynä ruoka-aineena on kuitenkin säilynyt. Holm ja Møhl (2000, 277) viittaavat Gvion-Rosenbergin (1990) näkemyksiin, joiden mukaan lihan asema on keskeinen länsimaaisessa ruokapöydässä, ja liha on usein aterialla keskiössä. Liha myös määrittää ateriala, vaikka se olisikin vain yksi ruoka-aine muiden joukossa. Tämä näkyy myös siinä, miten kasvisaterioita koostetaan muistuttamaan lihaa sisältäviä aterioita.

1980- ja 1990-luvulla on käyty keskustelua etenkin punaiseen lihaan liitetystä merkityksestä ja ruoka-aineiden välisistä hierarkioista. Twigg (1983) on rakentanut ruoka-aineiden hierarkiasta luokittelun perustuen valtavirtakulttuurin käsityksiin. Kaikista ylimpänä hierarkiassa on liha ja erityisesti punainen liha, ja sen alapuolella ovat siipikarja ja kala. Näiden jälkeen hierarkiassa ovat eläinperäiset tuotteet, kuten juusto ja kananmunat. Kaikista alimpana ovat vihannekset ja hedelmät. Punaista lihaa pidetään arvostetuimpana ruoka-aineena sen vuoksi, että siihen liitetään elinvoimaisuutta ilmaisevia kulttuurisia

merkityksiä (Twigg 1983, 21-22). Adams (1990) tarkastelee lihan merkitystä sukupuolen näkökulmasta. Lihan katsotaan miesten ruoka-aineeksi, kun taas kasvikset ja muut lihaa sisältämättömät ruoka-aineet naisten ruoaksi. Tämä oletus näkyy siinä, että miesten oletetaan syövän punaista lihaa, ja toisaalta punaista lihaa syöviin miehiin liitetään positiivisia maskuliinisia ominaisuuksia. Miehet, jotka eivät syö punaista lihaa, ikään kuin luopuvat näistä ominaisuuksista. Kasvikset käsitetään lihan vastakohtana eli ruokana, joka passivoi ja josta ei saa riittävästi energiaa (Adams 1990, 34-38).

On kuitenkin otettava huomioon, että ruokakulttuurissa on tapahtunut muutoksia etenkin punaisen lihan aseman suhteen. Liha ruoka-aineena ja siihen liitetyt merkitykset ovat muuttuneet ristiriitaisemmiksi. Latvalan ynnä muiden (2012) mukaan vuonna 2010 toteutetusta suomalaisia kuluttajia koskevasta tutkimuksesta löydettiin kuusi erilaista lihankuluttajaryhmää. Tutkimuksesta oli kysytty lihan kulutuksen muutoksesta, sen syistä ja tulevaisuuden kulutusmuutoksista. Suurimmassa ryhmässä vastaajilla ei ollut aikomusta vähentää lihan kulutusta. Tämä ryhmä edusti 48 prosenttia vastaajista. Muissa viidessä ryhmässä lihan kulutusta oli joko muutettu tai muutosta oli harkittu. Tyypillistä oli naudan- tai sianlihan vähentäminen ja kasvien lisääminen. Kuitenkin harva vastaaja oli valmis luopumaan lihan kulutuksesta kokonaan (Latvala ym. 2012, 76). Punaisen lihan liiallisella kulutuksella katsotaan olevan epäedullinen vaikutus terveyteen. Ravitsemussuosituksissa suositellaan korvaamaan punainen liha siipikarjanlihalla (ks. Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014). Suomessa viimeisen 30 vuoden aikana siipikarjanlihan kulutus on kasvanut merkittävästi, kun taas punaisen lihan kulutus on pysynyt melko tasaisena (kuvio 1).

Liha on edelleen keskeinen osa ateriaa. Sitä arvostetaan ruoka-aineena, mutta sen kulutuksessa on tapahtunut muutosta. Mäkelän ja Nivan (2016) mukaan suomalaisessa ruokakulttuurissa lihaa pidetään edelleen ravitsemuksellisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti tärkeänä. Punaisen lihan terveellisyyttä pidetään kiistanalaisena, mikä tekee punaisesta lihasta harvinaisempaa juhlaruokaa ja vaaleasta lihasta taas arkiruokaa. Lihan kulttuurinen arvostus koskee erityisesti sosiaalisia tilanteita, kuten kotona tarjottavia päivällisiä ja ravintolassa tapahtuvaa ruokailua. Yli puolet suomalaisista kertoo ravintolassa syövänsä mieluiten lihaa, ja kaksi kolmesta haluaa tarjota vierailleen lihaa (Mäkelä & Niva 2016, 22-23).

Holmin, Lauridsenin, Gronowin, Kahman, Kjarnesin, Lundin, Mäkelän ja Nivan (2015) mukaan pohjoismaisen aterian keskiössä ovat hyvin vahvasti liha tai kala, sillä lämpimien aterioiden keskeinen ruoka-aine vähintään puolissa aterioissa on liha. Vuonna 1997 kerätyssä aineistossa lihan osuus päivällisten keskiöistä vaihteli 55 prosentin ja 73 prosentin välillä maiden välillä. Vuonna 2012 vaihteluväli on 55 ja 63 prosentin välillä. Lounasaterioita tarkastellessa voidaan havaita, että kala on jossain määrin korvannut lihan, samoin kasvien määrä aterian keskiössä on noussut. Pohjoismaissa lounaaksi syödään myös useammin ruokalajeja, joilla ei ole selkeää pääraaka-ainetta. Kuitenkin puolessa lämpimistä lounasaterioista aterian keskiössä oli lihaa (Holm, Lauridsen, Gronow, Kahma, Kjarnes, Lund, Mäkelä & Niva 2015, 239-240).

Keskeinen syy suureen lihan kulutukseen on helppous ja tottumus. Lihan kulutus on normaalia ja monesti myös rutinoitunutta, joten sitä ei välttämättä kyseenalaisteta. Vinnarin (2010) mukaan ruokaan liittyy vahva sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunne, ja sen vuoksi joistakin ruoka-aineista luopuminen voi luoda eroa yksilön ja tämän ryhmän välille. Samoin ihmiset tekevät ruokaan liittyviä päätöksiä rajoitetulla informaatiolla ja noudattavat tottumuksia, koska ne ovat normalisoituneet osaksi arkea (Vinnari 2010, 70–71). Korzenin ja Lassenin (2010) mukaan lihatuotteiden käyttöä määrittelee se, miten helposti tuotetta on saatavissa, miten helposti siitä pystyy valmistamaan aterian ja mikä on sen sosiaalinen sopivuus, eli miten se sopii eri syöjille yhteisellä aterialla (Korzen & Lassen 2010, 277–278). Warden (2016) mukaan kuluttajien tottumukset jättävät jäljen kulutusympäristöön, ja samalla kulutusympäristö myös mahdollistaa tuttujen, ymmärrettävien ja tunnistettavien kulutustapojen toteuttamisen. Ympäristö tuottaa eri tavoin järjestettyä informaatiota siitä, mitä kuluttajan kannattaa syödä. Informaation lähteitä voivat olla esimerkiksi keittokirjat tai ruokamainokset (Warde 2016, 113-114).

Liha kulutukseen liittyy ristiriitoja, jotka liittyvät terveyteen, ympäristöön ja eläinten hyvinvointiin. Näiden liha kulutuksen ristiriidoilla on merkitystä siihen, miten paljon ja millaista lihaa kulutetaan. Latvalan ynnä muiden (2012) mukaan kuluttajilla, jotka kuluttivat valmiiksi vähän lihaa, keskeiset syyt liha kulutuksen vähentämiselle olivat liha kulutuksen ympäristövaikutukset ja eläinten hyvinvointi. Liha kulutuksen vähentäminen liittyi usein pyrkimykseen syödä terveellisemmin ja painonhallintaan. Liha kulutus aja-



tellaan terveyden, hinnan tai perheen makumieltymysten näkökulmasta, jolloin esimerkiksi eläinten hyvinvointi ei nouse kovin keskeiseksi tekijäksi kulutusvalinnoissa. Kuitenkin osa kuluttajista oli muuttanut ja tai pyrki muuttamaan kulutustaan lihan kulutuksen ympäristövaikutusten tai eläinten hyvinvoinnin vuoksi (Latvala ym. 2012, 75-77).

### *Kasviproteiinit*

Lihan yhtenä mahdollisena korvaajana on pidetty kasvipohjaisia proteiinituotteita. Viime vuosina markkinoille on tullut erilaisia helppokäyttöisiä kasviproteiinituotteita. Tilastokeskuksen kulutustutkimuksen (2018) mukaan kasviproteiinien kulutus on kymmenkertaistunut vuodesta 2012 vuoteen 2016. Kulutus on kuitenkin edelleen vaatimatonta, eli 200 grammaa henkeä kohden vuodessa. Yleisintä kasviproteiinituotteiden kulutus on 25-44-vuotiaiden yksinasuvien ja pariskuntien keskuudessa. Soijapohjaiset kasviproteiinituotteet ovat olleet saatavilla pisimpään, ja niiden kulutus on myös suurinta. Kotimaisia kasviproteiinituotteita ovat esimerkiksi Nyhtökaura ja Härkis (Aalto 2018, 35).

Suomalaisten kuluttajien kasviproteiinien, erityisesti papujen, kulutusta on selvitetty tutkimuksella, jossa on tutkittu vastaajien kasviproteiinien kulutusta, syömiseen liittyviä motiiveja, mahdollisia aikomuksia muuttaa kasvi- ja eläinproteiinien kulutusta sekä käsitäksiä papujen, tofun ja lihan syömisestä. Jallinojan, Nivan ja Latvalan (2016) mukaan suomalaiset käyttävät epäsäännöllisesti kasviproteiinituotteita papuja, linssejä, tofua ja muita soijatuotteita lihan korvikkeena. Vihreitä papuja ja herneitä käytetään lisukkeena useammin, mutta niidenkään käyttö ei ole viikoittaista. Tutkittujen kasviproteiinituotteiden käyttö on yleisempää kasvissyöjien kuin sekasyöjien keskuudessa. Kasviproteiinien kulutus on kumuloituvaa, sillä säännöllisesti papuja käyttävät kuluttajat käyttävät myös enemmän muita kasviproteiinituotteita. Samoin tutkittaessa kulutuksen muutosta seuraavan 2-3 vuoden aikana papuja säännöllisesti kuluttavien keskuudessa pyrkimys lisätä papujen kulutusta on suurempaa, samoin halukkuus kokeilla uusia kasviproteiinituotteita. Kasviproteiinien kulutus on suurempaa nuorempien sekä koulutettujen pääkaupunkiseudulla asuvien kuluttajien keskuudessa (Jallinoja 2016, 9-10).

Kasviproteiinien käytön haasteena voi olla niiden hinta ja käytettävyys etenkin niillä kuluttajilla, jotka eivät ole tottuneet käyttämään kasviproteiinituotteita (Vainio, Niva, Jallinoja & Latvala 2016, 97). Lean, Worsleyn ja Crawfordin (2005) mukaan keskeisiä esteitä kasvisperäisen ruoan kulutukselle olivat puutteelliset tiedot ja osaaminen. Kasvisruokia ei osata valmistaa tai niiden valmistaminen saatetaan kokea hankalaksi. Yksi este oli tiettyjen kasviproteiinituotteiden maku (Lea, Worley & Crawford 2005, 800-802).

Kasviproteiinituotteiden kulutuksen haasteita ovat tottumukset ruoanlaitossa ja ruokailussa. On kuitenkin otettava huomioon, että kasvien kulutus on yleisesti kasvussa. Holmin ynnä muiden (2015) mukaan pohjoismaiden syömistä vertailtaessa vuosien 1997 ja 2012 välillä kasvien käyttö aterioiden pääraaka-aineena on lisääntynyt. Lihan käyttö on vähentynyt ja kasvien käyttö lisääntynyt päivällisen pääraaka-aineena Tanskassa ja Suomessa. Kasvien käyttö päivällisen pääraaka-aineena on lisääntynyt kaikissa pohjoismaissa (Holm ym. 2015, 235-238). Tilastokeskuksen kulutustutkimuksen mukaan tuoreiden kasvien kulutus on selvästi kasvanut vuodesta 1998 vuoteen 2012. Kulutus on hieman vähentynyt vuosien 2012 ja 2016 välillä (Aalto 2018, 33-34).

### 2.3 Käytäntöjen teoria

Tarkastelen lihan ja kasviproteiinien kulutusta käytäntöjen teorian antaman viitekehyksen läpi. Olen valinnut tämän teoreettisen lähestymistavan sen vuoksi, että tarkastelen tutkimuksessani lihan ja kasviproteiinien kulutusta syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjen kautta, johon liittyvät ruoan hankinnan ja valmistuksen sekä kulutuksen rutiinit ja tottumukset. Samalla lihan kulutukseen liittyy erilaisia merkityksiä ja arvostuksia. Lihan kulutukseen liittyy erilaisia käytäntöjä, joiden analyysillä voidaan hahmottaa lihan kulutusta ilmiönä ja samalla sen mahdollista muutosta. Warden (2005) mukaan kulutus tapahtuu käytännöissä ja käytäntöjen vuoksi. Käytäntöjen toteuttaminen vaatii pätevältä käytännön harjoittajalta hyödykkeiden ja palveluiden kulutusta. Käytäntöihin liittyy kulutuksen arkipäiväinen ja rutiininomainen luonne. Se myös ottaa huomioon käytännöissä tapahtuvan vaihtelun, joka syntyy siitä, että ihmiset toimivat eri tilanteissa eri tavalla (Warde 2005, 145-146). Warden (2016) mukaan käytännön toteuttamiseen ei ole vain yhtä tapaa, sillä käytäntöjen suorittamisessa on vaihtelua (Warde 2016, 43). Torkkeli, Mäkelä ja Niva (2018) summaavat Warden ajatukset esimerkiksi pizzasta. Pizzan valmistus on tunnistettava käytäntö, mutta siinä ilmenee vaihtelua sen mukaan, kenelle tai mistä aineksista pizzaa valmistetaan (Warde 2016; Torkkeli, Mäkelä & Niva 2018, 3).

#### *Käytännön määritelmä*

Schatzkin (2005) mukaan käytäntöjen teorian keskiössä ovat inhimilliset, materiaalliseen kulutukseen liittyvät toiminnot, jotka ovat rakentuneet käytäntöön kohdistuvan yhteisen ymmärryksen ympärille. Toiminnot ovat riippuvaisia jaetuista taidoista ja toimintoihin liittyvästä tiedosta. Käytäntöjen teoria tarkastelee sitä, miten ihmisten toiminnot punoutuvat yhteen materiaalistien kokonaisuuksien kanssa. Yksittäisen käytännön ymmärrys vaatii ymmärrystä myös käytäntöön kuuluvasta materiaalisesta puolesta (Schatzki 2005, 11-13).

Shoven, Pantzarin ja Watsonin (2012) mukaan käytännöt voidaan hahmottaa entiteetteinä, eli erilaisia elementtejä sisältävänä kokonaisuutena. Käytännöt voidaan myös käsitellä suorittamisena, jolloin käytäntö uusiutuu tekemisen kautta. Käytäntö entiteettinä

antaa käytännön suorittamiselle muotin, jota taas tekeminen pitää yllä ja uusintaa. Yksilöt toimivat käytäntöjen harjoittajina, joille käytäntöön liittyvä ymmärrys ja osaaminen eivät ole henkilökohtainen ominaisuus, vaan osa käytäntöön liittyvää laajempaa sosiaalista ymmärrystä ja osaamista (Shove, Pantzar & Watson 2012, 7-8). Torkkeli ynnä muut (2018) käyttävät esimerkkinä ruoan laittoa ja viittaavat Wardeen (2016), jonka mukaan keittokirjat ja reseptit välittävät ruoanlaittoon liittyvää tietoa ja periaatteita. Tällä tavoin keittokirjat ja reseptit edustavat käytäntöjä entiteetteinä (Warde 2016; Torkkeli ym. 2018, 3). Käytäntöä kuitenkin pidetään yllä silloin, kun ihmiset laittavat ruokaa ja samalla uusintavat käytäntöjen elementtien välisiä yhteyksiä (Shove ym. 2012; Torkkeli ym. 2018, 3).

### *Käytäntöjen elementit*

Käytännöt koostuvat osista eli elementeistä, joita voidaan määritellä ja luokitella eri tavoin. Tässä tutkimuksessa esitellään joitakin tapoja hahmottaa käytäntöjä. Schatzkin (2005) määritelmässä nousee esiin käytäntöön liittyvä materia eri muodoissaan, yhteisymmärrys käytännön sisällöstä sekä siihen liittyvä tieto ja taidot. Näitä osia voidaan käsitteellistää eri tavoin. Shove ynnä muut (2012) erittelevät käytäntöjen elementit merkityksiksi (meanings), kompetenssiksi (competence) ja materiaaleiksi (materials) (Shove ym. 2012, 21-22). Warde taas nimittää käytäntöjen elementtejä ymmärryksiksi (understandings), toimenpiteiksi (procedures) ja sitoumuksiksi (engagements) (Warde 2005, 134). Warde viittaa tässä jaottelussa Schatzkiin (1996) ja Reckwitziin (2002). Schatzkin mukaan käytäntö on sanomisten ja tekemisten verkosto, jotka ovat linkittyneet tietyillä tavoilla. Keskeiset linkitykset liittyvät ymmärrykseen siitä, mitä sanoa ja tehdä, sääntöihin ja periaatteisiin sekä näihin edeltäviin liittyviin tunnepohjaisiin sitoumuksiin (Schatzki 1996, 89). Reckwitzin mukaan käytäntöihin sisältyy ymmärrys siitä, miten asiat toimivat, ymmärryksenä ilmenevät taustatiedot, osaaminen, tunnetaso ja motivaatio. Käytäntöjä ei voi rajata yhteen elementtiin, vaan käytännön olemassaolo on riippuvainen näistä elementeistä ja niiden keskinäisistä suhteista (Reckwitz 2002, 249-250).

Shove ynnä muut (2012) ovat eritelleet käytäntöjen elementtien ja niiden välillä olevien yhteyksien merkitystä käytäntöjen syntymiselle, jatkuvuudelle ja myös käytäntöjen hii-pumiselle. Tässä näkökulmassa pyritään ottamaan huomioon käytäntöihin liittyvä toi-minta ja rakenteet. Käytäntöjen materiaaliseen puoleen luetaan laajasti erilaisia asioita. Hyödykkeet, infrastruktuuri, työkalut, laitteistot ja toimijan oma keho ovat kaikki osa käytännön materiaalista elementtiä. Kompetenssiin luetaan sekä käytäntöön liittyvä ym-märrys, käytännöllinen asiantuntijuus ja tietous. Merkitys voi olla luonteeltaan sekä sosi-aalista että symbolista (Shove ym. 2012, 23). Warde (2005) kiinnittää huomiota siihen, että käytännöt sisältävät sekä tekemisiä että sanomisia. Käytäntöjen analyysin tulisi siten sisältää sekä toiminta että sen representaatiot. Elementit muodostavat keinot, joiden kautta tekemiset ja sanomiset pysyvät ja toimivat yhdessä (Warde 2005, 134).

Tässä tutkimuksessa lihan ja kasviproteiinien kulutukseen liittyviä käytäntöjä tarkastel-laan Shoven ynnä muiden (2012) käytäntöjen elementtien eli merkityksien, kompetenssin ja materiaalien kautta. Lihan ja kasviproteiinien kulutusta ja tärkeyttä syömisen ja ruoan-laiton käytännöissä on tarkasteltu eri elementtien näkökulmasta. Merkityksiä on tutkittu tarkastelemalla lihan tärkeyttä ruokavaliossa, syömiseen liittyvissä sosiaalisissa tilan-teissa sekä lihantuotantoon ja kulutukseen liittyvien eettisten kysymysten kautta. Samalla on tarkasteltu vastaajien suhtautumista papuihin ruoka-aineena. Tutkimuksessa on myös tarkasteltu kasviproteiineihin liitettyjä mielikuvia. Kompetenssi ilmenee tarkasteltaessa lihan merkitystä ruoanlaitossa ja siinä, millaisista ruoka-aineista vastaajat kokevat osaa-vansa valmistaa parhaiten ruokaa. Lihan ja kasviproteiinien kulutuksen materiaalista puolta on tarkasteltu sen mukaan, kuinka usein lihaa kulutetaan ja miten sen kulutus on muuttunut tai mahdollisesti muuttumassa.

### *Käytäntöjen leviäminen ja muutos*

Käytännön muutosta voidaan eritellä elementeissä tapahtuneen muutoksen kautta. Sho-ven ynnä muiden (2012) mukaan käytännön materiaallinen puoli ja sen leviäminen vaati-vat fyysistä siirtymistä paikasta toiseen. Materiaalien viennin lisäksi paikallisen tuotan-non merkitys on tärkeää. Käytännön kompetenssiin liittyvällä osaamisen ja tiedon siirty-misellä on erilaisia vaiheita. Tieto käännetään sen tullessa uuteen paikkaan ja uusien toi-

mijoiden saataville. Käännöksen myötä se lähtee leviämään uusilta toimijoilta rinnakkaisille toimijoille. Kompetenssissa on olennaista se, että käytäntöön liittyvän osaamisen pitää olla vakiintuakseen riittävän normalisoitu, esimerkiksi kuluttajat omaksuvat tietyn hyödykkeen arkikäyttöön. Merkitykset muodostuvat sen mukaan, miten ne ovat ilmenneet aikaisemmin muissa käytännöissä. Yksittäinen toimija ei voi määritellä kaikkia merkityksiä, vaan ne muodostuvat sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Merkitykset voivat muodostua assosiaatioprosessien kautta, jolloin käytäntöön liitetään uusia merkityksiä. Esimerkiksi yhteiskunnallisella julkisuudella on merkitystä siihen, millaisia merkityksiä eri käytäntöihin liitetään (Shove ym. 2012, 45-56).

Lihaa ja kasviproteiinien kulutuksessa uusia ruoka-aineita on ilmestynyt markkinoille tuontitavarana, mutta myös kotimaisena tuotantona. Esimerkiksi broileri on tuotu Suomeen Yhdysvalloista (Toivio 2009, 37). Suomessa on viime vuosina ilmestynyt useita uusia kotimaisia kasviproteiinituotteita ruokamarkkinoille. Kompetenssiin liittyvän tiedon ja osaamisen leviäminen tapahtuu esimerkiksi uusien ruokareseptien ja keittokirjojen myötä, joista opitaan käyttämään uusia ruoka-aineita. Ruoka-aineen käyttö on normalisoitunut, kun tarpeeksi moni kuluttaja on ottanut sen osaksi arkiruokailua. Lihaan liittyvät merkitykset ovat muuttuneet siten, että lihaa kulutetaan edelleen paljon ja sitä arvostetaan ruoka-aineena, mutta esimerkiksi ravitsemussuosituksukset ovat vaikuttaneet käsitykseen punaisen lihan epäterveellisyydestä. Samalla julkisuudessa käyty ilmastokeskustelu vaikuttaa käsityksiin lihan ja eläinperäisten tuotteiden ympäristövaikutuksista.

Lihaan kulutukseen liittyvät käytännöt ovat muuttuneet viime monella tapaa. Lihasta ruoka-aineena on tullut halvempaa, helpompikäyttöisempää ja sen saatavuus on hyvä. Lihahan valmistukseen liittyvä osaaminen on helppokäyttöisten tuotteiden myötä siirtynyt kuluttajalta osittain elintarviketeollisuudelle. Liha on kuitenkin säilyttänyt arvostuksensa ruoka-aineena. Huomionarvoista on myös se, että halvempia ja enemmän työstämistä vaativia ruhonosia ja sisäelimiä kulutetaan vähemmän kuin kalliimpia osia, kuten fileettä. Punaiseen lihaan liitetty merkitykset ovat kuitenkin muuttuneet, sillä sen kulutusta suurissa määrissä ei pidetä terveellisenä. Broilerista on tullut ominaisuuksiensa vuoksi suosittu vaihtoehto punaiselle lihalle, sillä sitä pidetään kevyenä ja terveellisenä valintana. Broilerin saatavuus on hyvä, ja sitä on helppo käyttää ruoanlaitossa.

Kasviproteiinituotteiden kulutuksen lisääntymistä voidaan myös tarkastella käytäntöjen leviämisen ja muuttumisen kautta. Kasviproteiinien kulutuksen materiaallinen puoli on muuttunut jossain määrin uusien kasviproteiinituotteiden myötä. Kasviproteiinituotteissa saatavuus on hyvä, ja samoin helppokäyttöisiä kasviproteiinituotteita on tullut markkinoille. Ravintoloissa ja joukkoruokailussa kasviproteiinien käyttö on lisääntynyt. Samalla on niiden yksityinen kulutus kasvanut (Aalto 2018, 35). Materiaalisen puolen lisäksi on otettava huomioon kasviproteiineihin liittyvät merkitykset ja osaaminen. Kasviproteiineihin liittyviin sanomisiin ja tekemisiin voidaan kuitenkin vaikuttaa eri tavoilla. Vinnari (2008) kiinnittää huomiota siihen, että lihan kulutuksen muutokseen ja vaihtoehtoisten proteiinilähteiden omaksumiseen vaaditaan useita eri tekijöitä. Teknologinen kehitys mahdollistaa vaihtoehtoisten proteiinilähteiden kehittämisen, ja teknologista kehitystä voidaan myös tukea. On tärkeää ottaa huomioon maun merkitys vaihtoehtoisten tuotteiden kehittämisessä. Kuluttajien tietoisuutta kasvisvaihtoehdoista voidaan lisätä, ja kuluttajia voidaan rohkaista kokeilemaan uusia tuotteita. Poliittisia toimenpiteitä tarvitaan väestön informoimiseen lihan kulutuksen vaikutuksista ja tukijärjestelmien kautta tuotantoon vaikuttamiseen (Vinnari 2008, 901-902).

Jallinoja ynnä muut (2016) tarkastelevat kasviproteiinituotteiden kulutuksen mahdollista muutosta merkityksen, kompetenssin sekä materiaalien ja infrastruktuurin muutoksen kautta. Yhteiskunnallisessa keskustelussa lihantuotantoon liittyviä ongelmia tuodaan esille, ja samalla kasviproteiinit esitetään hyväksyttävänä vaihtoehtona. Kasviproteiinien käyttö on lisääntynyt julkisissa joukkoruokailuissa, ja ne saavat myös positiivista mediajulkisuutta. Kasviproteiineihin liittyvää kompetenssia levitetään opetuksessa ja mediajulkisuudessa kasviproteiineja sisältävien uusien reseptien ja ruokalajien myötä. Tämän myötä kuluttajat ja ammattilaiset omaksuvat kasviproteiinien käytön. Materiaalien ja infrastruktuurin muuttuminen vaatii kasviproteiinituotteiden kehittämistä ja markkinointia sekä niiden saatavuutta ravintoloissa ja vähittäiskaupoissa. Jos halutaan lisätä kasviproteiinien kulutusta, niin tarvitaan kulutuksen lisäämiseen liittyviä kehityskulkuja, kuten pyrkimystä suosia kasviproteiinituotteita poliittisissa toimenpideohjelmissa. Tämän lisäksi kulutusta voi pyrkiä lisäämään saamalla kasviproteiinien hinta kohtuulliseksi joko verotuksen avulla tai tuotantoa lisäämällä (Jallinoja 2016, 11-12).

### 3 Tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tavoite on tutkia lihan kulutuksessa tapahtunutta muutosta sekä lihan kulutusta syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Näiden tavoitteiden lisäksi lihan kulutuksen rinnalla tarkastellaan kasviproteiinien kulutusta syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Tutkimuksessa on kaksi teemaa, eli muutos ja käytännöt. Muutoksen suhteen pyrin selvittämään, miten lihan ja kasviproteiinien kulutus on muuttunut, mitkä tekijät ovat yhteydessä muutokseen ja millaisia erilaisia kuluttajaryhmiä voidaan löytää lihan, kasvien ja kasviproteiinien kulutuksen muutoksen pohjalta. Käytäntöjä ja käytäntöjen elementtejä tarkastellaan lihan kulutuksen eri ulottuvuuksia tarkastelemalla. Tutkimuksessa pyritään erittelemään merkityksiin, kompetenssiin ja materiaalsen puoleen vaikuttavia tekijöitä, sekä pyritään löytämään yhteys näihin tekijöihin, vastaajien sosiodemografiseen taustaan sekä yleisiin ruokaan liittyviin arvostuksiin.

Tutkimuskysymykseni ovat seuraavat:

1. Mitkä sosiodemografiset taustatekijät ja ruokaan liittyvät arvostukset ovat yhteydessä siihen, miten tärkeäksi liha koetaan syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä ja miten lihaa tällä hetkellä kulutetaan?
2. Mitkä sosiodemografiset taustatekijät sekä ruokaan liittyvät arvostukset ovat yhteydessä lihan kulutuksen ilmoitettuun ja aiottuun muutokseen?
3. Mitkä sosiodemografiset taustatekijät ja ruokaan liittyvät arvostukset ovat yhteydessä siihen, että kasviproteiinit on otettu osaksi syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjä?

Tavoitteeni on löytää sosiodemografisista taustatekijöistä ja ruokaan liittyvistä arvostuksista muuttujia, jotka vaikuttavat siihen, kuinka tärkeäksi liha koetaan syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Tämän lisäksi pyrin löytämään erilaisia kuluttajaryhmiä lihan, kasvien ja kasviproteiinien lähimenneisyydessä tapahtuneen ilmoitetun kulutuksen muu-



toksen mukaan. Kuluttajaryhmiä vertailemalla pyrin hahmottamaan eroja lihan ja kasviproteiinien kulutuksessa, käytännöissä sekä niihin liitetyissä merkityksissä ja mielikuvissa.

Aikaisemman tutkimuksen perusteella voidaan löytää perusteita lihan kulutuksen muutoksen suhteen erilaisille kuluttajaryhmille, joilla lihan kulutuksen muutoksen taustalla olevat tekijät liittyvät terveyteen, painonhallintaan, lihan kulutuksen ympäristövaikutuksiin ja tuotantoeläinten hyvinvointiin. Sukupuolella ja koulutuksella on myös jossain määrin vaikutusta lihan kulutuksen muutokseen (Latvala ym. 2012, 75). Tämän lisäksi esimerkiksi papujen kulutukseen vaikuttavat ikä, koulutus ja asuinpaikka, sillä papuja kulluttavat pääasiassa nuoret, koulutetut ja pääkaupunkiseudulla asuvat (Jallinoja ym. 2016, 10). Luonnollisuuden, terveellisuuden ja painonhallinnan korostuminen on yhteydessä papujen ja soijapohjaisten tuotteiden kuluttamiseen (Vainio ym. 2016, 97).

Tutkimuksen hypoteesi on aikaisemman tutkimuksen perusteella se, että lihan kulutukseen syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä löytyy sosiodemografisiin taustatekijöihin perustuvia ja ruokaan liittyviin yleisiin arvostuksiin perustuvia eroja. Oletan, että lihan kulutuksen muutos kytkeytyy naissukupuoleen, nuoreen ikään, korkeampaan koulutukseen, sekä kaupunkiasumiseen. Oletuksena on myös se, että ruoan terveellisuuden arvostus ja lihan kulutuksen eettisiin kysymyksiin huomion kiinnittäminen on yhteydessä lihan kulutuksen muutokseen. Näillä tekijöillä oletetaan olevan yhteys siihen, miten lihan ja kasviproteiinien kulutus on muuttunut, ja miten se toteutuu syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä.

## 4 Tutkimusmenetelmät ja –aineistot

Tämä tutkimus on toteutettu osana ”Ruokamarkkinoiden muuttuvat rakenteet ja kilpailun toimivuus” –hanketta (2016-2019). Hankkeessa on kuusi työpakettia ja tämä tutkimus on toteutettu osana ”Kulutusrakenteen muutokset” -työpakettia. Hankkeeseen osallistuvat Pellervon taloustutkimus, Luonnonvarakeskus ja Helsingin yliopiston Kuluttajatutkimuskeskus. Hanke on maa- ja metsätalousministeriön rahoittama.

Hankkeen yhteydessä kerättiin alkuvuodesta 2018 määrällinen aineisto kolmeen maisteuritutkielmaan. Aineiston keräämistä varten laadittiin kuluttajille suunnattu kyselylomake (Liite 1) yhdessä hankkeen tutkijan ja ohjaajan Mari Nivan sekä kuluttajaekonomian opiskelijoiden Sini Kuosmasen ja Henna Puukon kanssa. Kuosmanen tutki kauppojen omia tuotteita ja Puukko hyönteisiä ruoka-aineena. Kyselylomakkeella kerättiin tietoa kolmesta eri ruokamarkkinoiden muutosta käsittelevästä teemasta, eli kauppojen omista tuotemerkeistä, lihan ja kasviproteiinien kulutuksesta ja hyönteissyönnistä.

### 4.1 Kyselylomake ja aineiston kerääminen

Tutkimus on luonteeltaan määrällinen, ja se on toteutettu kyselytutkimuksena. Tavoitteena on ollut kerätä aineisto, joka on väestötasolla kattava otos tutkittavista ilmiöistä. Vehkalahden (2008) mukaan kyselytutkimus on enimmäkseen määrällistä tutkimusta, jossa sovelletaan tilastollisia menetelmiä. Yleisen käsityksen mukaan määrällisellä tutkimuksella tavoitellaan yleiskäsityksiä, kun taas laadullisella tutkimuksella pyritään keskittymään yksityiskohtiin. Vehkalahti huomauttaa, että tutkimusote ei kuitenkaan ratkaise kaikkea, sillä määrällisellä tutkimuksella voidaan tarkastella yksityiskohtaisestikin eri ilmiöitä. Olennaista on se, että tutkija osaa valita tarkoituksenmukaiset lähestymistavat tutkittavan ilmiön tarkasteluun. Määrällisessä tutkimuksessa kyselylomake on mittausväline, jonka välityksellä tutkija esittää kysymyksiä. Kyselytutkimuksessa mittareilla tar-

koitetaan kysymysten ja väittämien kokoelmaa, jolla pyritään mittaamaan erilaisia moniulotteisia ilmiöitä, kuten asenteita tai arvoja. Mittareita voidaan rakentaa itse tai vaihtoehtoisesti käyttää olemassa olevia mittareita (Vehkalahti 2008, 11-13).

Kyselylomakkeen rakenne koostettiin siten, että osa kysymyksistä mittasi yleisiä ruokaan liittyviä asenteita. Näiden kysymysten muodostamisessa hyödynnettiin aikaisemmassa tutkimuksessa käytettyjä asennemittareita. Kyselyssä käytettyjä asennemittareita olivat muun muassa hinta-asenteet, uutuudenpelko, kiinnostus ruoan terveellisyyttä kohtaan ja kiinnostus ruoan luonnollisuutta kohtaan. Hinta-asennemittarilla voidaan tutkia, miten kuluttajat suhtautuvat elintarvikkeiden hintoihin sekä elintarvikkeiden ostamiseen (Urala, Lähteenmäki, Huotilainen, Tuorila, Ollila, Hautala & Tuomi-Nurmi 2005, 25). Uutuudenpelkoa mittaavaa asennemittaria taas käytetään tunnistamaan uutuudenpelkoisia ja uutuuksista kiinnostuneita kuluttajia, kiinnostus ruoan terveellisyyttä kohtaan mittaa vastaajien suhtautumista ravitsemuksellisesti terveellisinä pidettyihin ja suositeltaviin ruokavalintoihin ja kiinnostus ruoan luonnollisuutta kohtaan mittaa vastaajien suhtautumista elintarvikkeiden luonnollisuutta kohtaan (Urala ym. 2005, 31-34). Näiden mittarien lisäksi asennekysymyksissä kysyttiin ruoasta saatavan nautinnon merkityksestä ja kiinnostuksesta ruoan kotimaisuutta kohtaan. Mittarit ovat hyödyllisiä siinä, että ne ilmaisevat vastaajien asenteita, arvostuksia, toiveita ja orientaatioita ruoan suhteen. Esimerkiksi Raudenbushin ja Frankin (1999) mukaan uutuudenpelkoiset ihmiset suhtautuvat lähtökohtaisesti pessimistisesti uusien ruokien kokeiluun (Raudenbush & Frank 1999, 269-270).

Kyselylomakkeen ruokamarkkinoiden muutosta käsittelevät kysymykset käsittelevät lihan ja kasviproteiinien kulutusta, sekä niiden tärkeyttä syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Näiden lisäksi kyselylomakkeella kysyttiin lähimenneisyydessä ja lähitulevaisuudessa vastaajien itsensä arvioimia kulutusmuutoksia lihan ja kasviproteiinien suhteen. Vastaajilta kysyttiin myös näiden sosioekonomiseen asemaan ja demografisiin taustatekijöihin liittyviä kysymyksiä.

Tutkimuksen aineiston keräsi Taloustutkimus Oy. Tutkimuksen lähtönäyte muodostettiin Taloustutkimuksen Internet-paneelistä satunnaisotannalla ohjelmallisesti (Taloustutkimuksen paneelihallintaohjelmisto). Näytteenmuodostus tehtiin 18-79-vuotiaista Manner-Suomessa asuvaa väestöä edustavalla lähtönäytekiintiöinnillä (kiintiömuuttajat ikä, sukupuoli, asuinalue, koulutus) muuttujakohtaisesti arvioidulla vastausprosentilla oikaistuna. Aineisto kerättiin ajalla 8.1.2017-23.1.2018. Tutkimuskutsu lähetettiin yhteensä 6809 vastaajalle. Vastausmuistutuksia lähetettiin vastaajille kaksi kertaa aineistonkeruun aikana. Lopullinen vastausprosentti on 16 prosenttia ja lopullinen vastaajamäärä aineistossa 1000 vastaajaa (Roose 2018).

#### *Aineiston vertailu väestöön*

Aineiston yleistettävyyden tarkastelemiseksi sitä verrattiin iän, sukupuolen, asuinpaikan ja koulutuksen suhteen väestön vastaaviin lukuihin, jotka saatiin Tilastokeskuksen tietokannasta. Aineistossa selkein ero väestöön löytyy ikäryhmien vertailussa, jossa 50-64-vuotiaiden ryhmässä on selkeä yliedustus verrattuna väestöön, kun taas nuorin ikäryhmä (18-34-vuotiaat) ja vanhin ryhmä (65-79-vuotiaat) ovat aliedustettuina. Asuinpaikan suhteen Helsinki ja Uusimaa ovat aineistossa yliedustettuna suhteessa väestöön, mutta kyseessä ei ole kovin suuri ero. Koulutuksen suhteen korkea-asteen koulutuksen saaneet ovat yliedustettuna, ja keskiasteen koulutuksen saaneet ovat vastaavasti aliedustettuna aineistossa. Tässäkään tapauksessa ero ei kuitenkaan ole kovin suuri.

Taulukko 1. Aineisto yleistettävyyssuhteessa väestöön (%). Lähde: Tilastokeskus.

Taustamuuttujat	Väestötaso	Aineisto
Sukupuoli		
Nainen	51	50
Mies	49	49
Ikä		
18-34	28	21
35-49	24	22
50-64	27	41
65-79	21	16
Asuinpaikka		
Helsinki ja Uusimaa	30	35
Muu Etelä-Suomi	13	11
Lounais-Suomi	13	12
Länsi- ja Sisä-Suomi	22	21
Itä-Suomi	10	10
Pohjois-Suomi ja Lappi	12	12
Koulutus		
Perusaste	20	19
Toinen aste	46	41
Kolmas aste	35	40

Tämän tutkimuksen aineistoa käytettiin painottamattomana. Pääasiallinen syy tähän on se, että painokertoimen käyttäminen muuttaa aineiston vastaajamäärää huomattavasti, mutta tarkasteltaessa analyysija painotetulla aineistolla erot painottamattomaan aineistoon olivat pieniä, eivätkä myöskään muuttaneet analyysista tehtäviä johtopäätöksiä. Tuloksia tulkittaessa ja johtopäätöksiä tehtäessä on otettu huomioon aineiston vinoumat ikämuuttujan suhteen.

## 4.2 Muuttujat ja analyysimenetelmät

Aineiston analyysiin käytettiin SPSS-ohjelman versiota 24. Aineisto analysoitiin siten, että ensin valittiin sopivat taustamuuttujat ja tehtiin taustamuuttujiin tarvittavat muuttujamuunnokset. Tämän jälkeen työstettiin muista aineiston analyysissä käytettävistä muuttujista keskiarvomuuttujia aiemmin käytettyjen mittarien perusteella, tai sitten rakennettiin tutkimusongelma huomioon ottaen sisällöllisesti merkityksellisiä keskiarvomuuttujia, joiden reliabiliteetti testattiin.

Keskiarvomuuttujat jaettiin sisällöllisesti yleisesti ruokaan liittyviä arvostuksia mittaaviin keskiarvomuuttujiin, sekä lihan ja papujen tärkeyttä syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä tarkasteleviin keskiarvomuuttujiin. Lihan ja papujen tärkeyttä koskevat keskiarvomuuttujat valittiin selitettäväksi muuttujiksi, eli näissä tapahtuvaa vaihtelua selitetään erilaisilla tekijöillä. Lihaa ja papuja koskevien keskiarvomuuttujien analyysimenetelmäksi valittiin logistinen regressioanalyysi, ja selitettävät muuttujat muunnettiin kaksiluokkaisiksi muuttujiksi. Selitettävää muuttujaa varten rakennettiin malli, jossa selittävinä muuttujina on käytetty tutkimuksessa käytettäviä taustamuuttujia ja yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia mittaavia keskiarvomuuttujia.

Lihaa ja papuja koskevien muuttujien lisäksi analysoitiin lähimenneisyydessä tapahtunutta vastaajien itsensä ilmoittamaa kulutuksen muutosta lihan, kasvien ja kasviproteiinien kulutuksen suhteen. Klusterianalyysin perusteella muodostettiin kolme ryhmää, joita tarkasteltiin eri muuttujia hyödyntäen. Ryhmien välisiä eroja tarkasteltiin ristiintaulukoinnin avulla ja pyrittiin selvittämään, miten ryhmät erosivat toisistaan sen perusteella, kuinka usein vastaajat käyttivät lihaa, kasviksia ja kasviproteiineja sekä miten ryhmät erosivat lähitulevaisuuden aiottujen kulutusmuutosten suhteen. Ryhmien välisiä mahdollisia keskiarvoeroja keskiarvomuuttujien suhteen tarkasteltiin yksisuuntaisella varianssi-analyysillä, samoin ryhmien välisiä eroja kasviproteiinituotteisiin liitettyjen mielikuvien suhteen.

### *Taustamuuttajat*

Taustamuuttujiksi valittiin sukupuoli, ikä, koulutus ja asuinpaikkakunnan koko. Taustamuuttajat on valittu sen perusteella, mitkä taustatekijät voisivat olla selitysvoimaisia tässä tutkimuksessa. Latvalan ynnä muiden (2012, 75), Vainion ynnä muiden (2016, 97) ja Jallinojan ynnä muiden (2016, 10) tutkimissa aineistoissa on käytetty taustamuuttujina sukupuolen ja iän lisäksi koulutusta ja asuinpaikkaa. Näissä kolmessa tutkimuksessa on myös löydetty vastaajien väliltä eroja, jotka selittyvät sukupuolella, iällä, koulutuksella tai asuinpaikalla.

Kaikki taustamuuttajat luokiteltiin uudelleen. Sukupuoli luokiteltiin uudelleen kahteen luokkaan. Alkuperäisessä muuttujassa on kolme luokkaa, joista yksi luokka on "muu/en halua vastata". Tässä luokassa on vain 14 vastaajaa, joten johtuen kyseisen luokan pienuudesta se jätettiin uudelleenluokittelussa pois. Ikämuuttuja luokiteltiin neljään luokkaan: 18-34-vuotiaat, 35-49-vuotiaat, 50-64-vuotiaat ja yli 65-vuotiaat. Koulutus luokiteltiin kolmeen luokkaan: perusaste, keskiaste ja korkea-aste. Koulutusmuuttujassa perusasteen koulutuksen saaneisiin luettiin peruskoulun tai kansakoulun käyneet vastaajat, keskiasteen koulutuksen saaneisiin luettiin lukion ja ammattikoulun käyneet ja korkeaasteen koulutukseen luettiin ne vastaajat, joilla oli tutkinto ammattikorkeakoulusta tai yliopistosta. Asuinpaikka luokiteltiin uudelleen neljään luokkaan: pääkaupunkiseutu, yli 100 000 asukkaan kaupunki, 50 000-100 000 asukkaan kaupunki, alle 50 000 asukkaan kaupunki tai muu kunta.

### *Keskiarvomuuttajat*

Nummenmaan (2004) mukaan summamuuttuja voidaan muodostaa kahdella tapaa, eli voidaan laskea muuttujien havaintoarvot yhteen tai sitten voidaan laskea muuttujien havaintoarvoista keskiarvo. Keskiarvomuuttujan käyttö on yleensä käytännöllisempää, sillä

muodostetun mittayksikön asteikko säilyy samana kuin alkuperäisten muuttujien. Oleellista on myös se, että keskiarvomuuttujaan otetut muuttujat mittaavat samaa asiaa, jotta keskiarvomuuttuja olisi tulkinnallisesti tai teoreettisesti mielekäs (Nummenmaa 2004, 151). Tässä tutkimuksessa on käytetty keskiarvomuuttujia. Keskiarvomuuttujat on muodostettu ottaen huomioon niiden sisällöllinen yhtenäisyys ja joidenkin asennemuuttujien asteikko on käännetty toisin päin, jotta niiden käyttö olisi analyysin kannalta sisällöllisesti järkevää. Tämän lisäksi keskiarvomuuttujien reliabiliteetti eli mittauksen tarkkuus on otettu huomioon muuttujia muodostaessa (ks. Vehkalahti 2008). Tässä tutkimuksessa reliabiliteetti on mitattu Cronbachin Alfa-kertoimella, jolla mitataan muuttujien sisäistä konsistenssia, eli sitä miten hyvin muuttujat sopivat yhteen. Keskiarvomuuttujiin sisältyvät väittämät ja Cronbachin Alfan arvot löytyvät liitteestä 2 ja 3.

#### *Yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia mittaavat muuttujat*

Aineistossa olevien yleisten ruokaa käsittelevien asenneväitteiden perusteella muodostettiin kuusi yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia kuvaavaa keskiarvomuuttujaa, joita käytettiin analyysissä selittävinä muuttujina (liite 3). Keskiarvomuuttujat ovat uutuudenpelko, kiinnostus ruoan terveellisyttä kohtaan, kiinnostus ruoan luonnollisuutta kohtaan, ruoan hinta, arvostus kotimaisuutta kohtaan ja arvostus ruoasta saatavaa nautintoa kohtaan. Näiden muuttujien valinnassa on hyödynnetty teoreettista viitekehystä ja aikaisempaa tutkimusta. Uutuudenpelko, terveellisyys ja ruoasta saatava nautinto liittyvät ruoan kulutuksen muutosta kuvaaviin vastinpareihin. Uutuudenpelko-muuttujan voi käänteisesti tulkita kuvaavan ruokaan liittyvän tuttuuden arvostusta. Uutuudenpelko-muuttujaa tarkastelemalla voidaan päätellä, miten valmis vastaaja on tutustumaan uusiin ruoka-aineisiin tai makuihin. Terveellisyys, luonnollisuus, hinta ja ruoasta saatava nautinto ovat löydettävissä aikaisemmista tutkimuksista ruoan kulutuksen motiiveina. Esimerkiksi Latvalan ynnä muiden (2012) ruoan terveellisyys ja painon hallinta ovat olleet syitä muuttaa lihan kulutusta, mutta samoin makupreferenssit vaikuttavat lihan kulutuksen muutokseen (Latvala ym. 2012, 75). Vainion ynnä muiden (2016) mukaan niillä kuluttajilla, jotka suosivat papuja ja soijapohjaisia kasviproteiinituotteita, korostuivat motiiveina luonnollisuus, terveellisyys ja painonhallinta, kun taas hinta ja helppous olivat vähemmän tärkeitä motiiveja.



Hinta ja helppous puolestaan vähensivät lihan korvaamista kasvisproteiineilla (Vainio ym. 2016, 98). Kotimaisuus on otettu mukaan, sillä on kiinnostavaa nähdä, löytyykö kotimaisuuden arvostuksen suhteen lainkaan eroja. Suomalaisten arvostus kotimaassa tuotettuja elintarvikkeita kohtaan on yleisesti ottaen vahva (Niva, Peltoniemi & Aalto 2018, 5).

### *Lihan ja papujen kulutusta kuvaavat keskiarvomuuttujat*

Aineiston lihan kulutusta tarkastelevien mittarien pohjalta muodostettiin neljä muuttujaa, jotka mittaavat lihan tärkeyttä ruokavaliossa, lihan tärkeyttä ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa, lihan tärkeyttä ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa ja lihantuotantoon ja kulutukseen liitettyjen eettisten ongelmien tärkeyttä. Tämän lisäksi muodostettiin papujen käyttöä koskevista kysymyksistä muuttuja, joka mittaa sitä, miten helppokäyttöisenä ja miellyttävänä papujen käyttö ruoanvalmistuksessa koetaan. Muuttujat muodostettiin siten, että yksittäisistä muuttujista tehtiin keskiarvomuuttujia.

- Lihan tärkeys ruokavaliossa: vastaajan mielestä liha on tärkeä osa monipuolista ruokavaliota, liha on tärkeä valkuaisaineiden lähde ja lihaa ei voida korvata kasviproteiineilla
- Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa: vastaaja haluaa tarjota lihaa vierailleen ruoaksi, tilata liharuokia ravintolassa sekä vastaajan perheenjäsenet kuluttavat lihaa ja eivät halua vähentää lihan kulutusta.
- Lihan tärkeys ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa: vastaaja valmistaa lihasta maukkaampaa ruokaa kuin muista ruoka-aineista, on tottunut tekemään lihaa sisältäviä ruokia ja löytää helpommin reseptejä liharuoilla kuin kasvisruoille.
- Lihantuotantoon ja kulutukseen liitetyt eettiset ongelmat: vastaajan mielestä lihan kulutusta tulisi vähentää huomattavasti ilmastomuutoksen hidastamiseksi, lihan kulutusta vähentämällä ruokaa riittää paremmin kaikille ja lihantuotanto on epäeettistä.

Näiden muuttujien lisäksi neljän muuttujan perusteella tehtiin keskiarvomuuttuja, joka mittaa papujen arvostusta ruoka-aineena, eli kokeeko vastaaja pavut edullisiksi, miellyttävän makuisiksi, monipuoliseksi ruoka-aineeksi ja papujen käytön helpoksi.

### *Logistinen regressioanalyysi*

Liha ja papujen kulutusta ja tärkeyttä käsittelevien summamuuttujien tarkasteluun käytettiin logistista regressioanalyysia. Nummenmaan (2004) mukaan logistisessa regressioanalyysissä pyritään muodostamaan matemaattinen malli, jossa selittävien muuttujien avulla pyritään ennustamaan selitettävässä muuttujassa tapahtuva vaihtelu. Logistisen regressioanalyysin etuna on se, että logistiset mallit tekevät huomattavasti vähemmän aineistoa koskevia oletuksia kuin lineaariset mallit. Logistisessa regressioanalyysissä ei ole samanlaisia rajoitteita kuin lineaarisen regressioanalyysin käytössä, jossa oletuksena on muuttujien lineaarinen riippuvuus. Logistisessa regressioanalyysissä ei myöskään ole oletusta muuttujien jakaumista. Logistisessa regressioanalyysissä tarkastellaan riskisuhdetta, joka on tapahtumien 0 ja 1 välinen todennäköisyyksien osamäärä (Nummenmaa 2004, 318-320).

Edellä mainittujen keskiarvomuuttujien pohjalta on tehty kaksiluokkaiset niin kutsutut dummy-muuttujat, joiden luokittelussa on hyödynnetty summamuuttujissa käytettyjen asennemuuttujien asteikkoa, joka on seitsemäportainen Likert-asteikko, jossa arvon 1 saa "täysin eri mieltä" ja arvon 7 "täysin samaa mieltä". Dummy-muuttujat on luokiteltu siten, että summamuuttujien arvot 5-7 saavat arvon 1 ja alle 5 saavat arvot saavat arvon 0. Muuttujan arvo 0 saa selityksen "eri mieltä" ja "ei eri eikä samaa mieltä", kun taas arvo 1 saa selityksen "samaa mieltä". Luokittelun perusteena on logistisen regressioanalyysin käyttö muuttujien analysoinnissa.

Nummenmaan (2004) mukaan logistisessa regressioanalyysissä tarkastellaan mallin sopivuutta, selityssastetta, ennustustarkkuutta ja selittäjien merkitsevyyttä. Mallin sopivuutta mitataan käyttämällä  $\chi^2$ -testiin perustuvia sopivuuskertoimia (Goodness-of-Fit), joilla tarkastellaan havaittujen ja mallilla tuotettujen datamatriisien eroja. Selityssastetta tarkastella pseudo R<sup>2</sup>-kertoimella, joka arvioi kuinka paljon selitettävän muuttujan vaihtelusta pystytään selittämään mallin avulla. Ennustustarkkuus määrittää sen, kuinka monta prosenttia havainnoista malli sijoittaa kuuluvaksi oikeaan luokkaan. Selittäjien tilastollinen merkitsevyys määrittää yksittäisten selittävien muuttujien merkitystä mallin selityssasteessa. Selittäjien merkitsevyyttä arvioidaan p-arvolla ja Exp(B)-kertoimella, joka kuvaa riskikertoimen muutosta, kun selittävä muuttuja kasvaa yhdellä yksiköllä (Nummenmaa 2004, 325-327). Logistisella regressioanalyysillä toteutettujen mallien taulukoissa on kuvattu mallin sopivuus, selityssaste ja selittävien muuttujien Exp(B)-kerroin ja sen p-arvo.

### *Klusterianalyysi*

Tarkastelen muutosta lihan, kasvien ja kasviproteiinituotteiden kulutuksessa klusterianalyysin avulla. Nummenmaan (2004) mukaan klusterianalyysin tavoitteena on löytää aineistosta havainnot, jotka ovat huomattavasti toistensa kaltaisia. Klusterianalyysia voidaan käyttää tilanteessa, jossa tutkittavat halutaan luokitella samanlaisten ominaisuuksiensa perusteella ryhmiin, joiden jäsenet jakavat samankaltaisuudet (Nummenmaa 2004, 363). Klusterianalyysin tavoitteena on löytää ryhmiä, joiden jäsenillä kulutuksen muutos on ollut hyvin samanlaista. Samalla on pyritty löytämään kulutuksen muutoksen perusteella toisistaan selkeästi erottuvia ryhmiä.

Analyysissä on käytetty kaksivaiheista klusterianalyysia (two-step cluster analysis). Bacherin, Wenzigin ja Voglerin (2004) mukaan kaksivaiheinen klusterianalyysi on menetelmä, joka on kehitetty havaintomääriltään suurille aineistoille. Kaksivaiheisessa klusterianalyysissä ryhmittely tapahtuu kahdessa vaiheessa siten, että ensin alustavasti ryhmitellään tapaukset ja tämän jälkeen ryhmiteltyjä tapauksia voidaan käyttää uusina ta-

pauksina lopullisessa ryhmittelyssä. Tässä menetelmässä voidaan käyttää sekä kategorisia ja jatkuvia muuttujia. Klusterien lukumäärä voidaan määritellä etukäteen tai antaa tilasto-ohjelman, tässä tapauksessa SPSS:n, määrittää klustereiden lukumäärän (Bacher, Wenzig & Vogler 2004, 4-8).

Tässä tutkimuksessa klusterit muodostuivat sen perusteella, miten vastaajat ovat muuttaneet kulutustaan viimeisen noin kahden tai kolmen vuoden aikana. Aineistosta löytyy kolme klusteria, joiden perusteella voidaan tarkastella lihan (nauta, porsas, broileri ja kala), kasvien ja kasviproteiinien kulutuksen muutosta. Kysymyksissä kysyttiin, että onko vastaaja muuttanut kulutustaan viimeisen 2-3 vuoden aikana. Vastausasteikolla oli neljä vastausvaihtoehtoa, eli "en käytä lainkaan", "käytän, mutta kulutus on vähentynyt", "käytän ja kulutus on pysynyt ennallaan" sekä "käytän ja kulutus on lisääntynyt". SPSS ehdotti kolmea klusteria siihen syötettyjen muuttujien perusteella. Ohjelman tarjoamat kolme klusteria olivat sisällöllisen tulkinnan ja tutkimuksellisten kysymysten kannalta paras vaihtoehto. Näiden klustereiden perusteella on muodostettu kolme kuluttajaryhmää.

#### *Keskiarvovertailut ja ristiintaulukointi*

Ryhmiin välisiin keskiarvovertailuihin valittiin yleiset ruokaan liittyviin arvostuksiin sekä lihan ja papujen tärkeyttä kuvaavat muuttujat. Tämän lisäksi verrattiin ryhmien eroja kasviproteiinituotteisiin liitetystä mielikuvista. Näistä kysyttiin seitsemänportaisella muuttujalla, jossa ääripäät saivat arvon 1 ja 7. Yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia kuvaaviin muuttujiin sisältyivät terveellisyttä, luonnollisuutta, kotimaisuutta, ruoasta saatavan nautinnon arvostusta ja hinta-asenteita käsittelevät keskiarvomuuttujat. Näiden muuttujien perusteella valittiin seuraavat jaottelut: terveellisiä – epäterveellisiä, Luonnollisia – teollisia, kotimaisia – ulkomaisia, hyvänmakuisia – pahanmakuisia ja edullisia – kalliita. Lihan kulutusta käsittelevissä muuttujissa olevan eettisyysmuuttujan ja osaamis- muuttujan perusteella valittiin seuraavat muuttujat: eettisiä – epäeettisiä, helppo valmistaa – vaikea valmistaa ja helposti hankittavissa – vaikeasti hankittavissa.

Keskiarvo on näiden muuttujien suhteen sinällään käyttökelpoinen tilastollinen tunnusluku, mutta sen käyttöön kannattaa suhtautua kriittisesti. Nummenmaa (2004) huomauttaa, että aritmeettista keskiarvoa käytettäessä pitää ottaa huomioon sen herkkyyys poikkeaville havainnoille (Nummenmaa 2004, 59). Keskiarvojen tarkastelussa on käytetty yksisuuntaista varianssianalyysia ja F-testisuuretta. Nummenmaan (2004) mukaan yksisuuntaista varianssianalyysia voidaan käyttää tarkastelemaan selittävien muuttujien, joissa on enemmän kuin kaksi luokkaa, vaikutuksia selitettävään muuttujaan. Varianssianalyysin avulla tarkastellaan, poikkeavatko kahden tai useamman luokan keskiarvot toisistaan. Varianssianalyysissa käytetty F-testisuure noudattaa Fisherin F-jakaumaa, jonka avulla voidaan arvioida, kuinka todennäköistä on, että kaksi varianssin estimaattia ovat yhtä suuria. Varianssianalyysin oletukset siihen käytettävistä muuttujista ovat melko tiukat, mutta varianssianalyysi itsessään on suhteellisen robusti menetelmä, joten se sallii pienet poikkeamat oletuksista (Nummenmaa 2004, 180-183).

Ryhmien välisiä eroja tarkasteltiin sen perusteella, kuinka usein vastaajat käyttivät lihaa, kasviksia ja kasviproteiineja ja miten vastaajat aikovat muuttaa kulutusta lihan, kasvien ja kasviproteiinien suhteen lähitulevaisuudessa. Tämän lisäksi tarkasteltiin sitä, korvaavatko vastaajat lihaa kasviproteiineilla. Ristiintaulukoinnilla voidaan tarkastella kahden kategorisen muuttujan välistä yhteyttä. Nummenmaan (2004) mukaan kategoristen muuttujien välinen yhteys tarkoittaa sitä, että yksi kategorinen muuttuja vaikuttaa siihen, miten toisen kategorisen muuttujan havainnot jakautuvat muuttujan luokkiin. Kategoristen muuttujien jakaumia voidaan testata  $\chi^2$ -testillä (Nummenmaa 2004, 288-289). Ristiintaulukoinnin yhteydessä käytettiin tilastollista testausta sen havaitsemiseksi, että päteekö muuttujien jakautuminen myös perusjoukossa.

## 5 Tulokset

Tässä luvussa tarkastellaan aineiston analyysin tuloksia. Ensin tarkastellaan lihan ja papujen tärkeyttä syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä kuvaavia muuttujia ja niiden vaihtelua selittäviä logistisia regressiomalleja. Tämän jälkeen tarkastellaan kaksivaiheisella klusterianalyysillä ryhmiteltyihin kuluttajaryhmiin kohdistuvaa analyysia. Kuluttajaryhmiä tarkastellaan sosiodemografisten taustamuuttujien ja lähimenneisyyden lihan, kasvien ja kasviproteiinien ilmoitettujen kulutusmuutosten kautta. Tämän lisäksi tarkastellaan ryhmien eroja suhteessa yleisiin ruokaan liittyviin arvostuksiin, sekä lihan ja papujen tärkeyteen syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Ryhmien välisiä kulutuseroja tarkastellaan tutkimalla, kuinka usein vastaajat kuluttavat lihaa, kasviksia ja kasviproteiineja, ovatko vastaajat korvanneet lihaa kasviproteiineilla ja miten vastaajat aikovat muuttaa lähitulevaisuuden kulutusta lihan, kasvien ja kasviproteiinien suhteen. Lopuksi tarkastellaan ryhmien välisiä eroja koskien vastaajien mielikuvia kasviproteiineista.

### 5.1 Lihan ja papujen tärkeys syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä

Lihan tärkeyttä syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä kuvaavat muuttujat tarkastelevat lihan tärkeyttä ruokavaliossa, lihan tärkeyttä ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa, lihan tärkeyttä ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa sekä vastaajien näkemyksiä lihan tuotantoon ja lihan kulutukseen liittyvien eettisten ongelmien tärkeydestä. Papujen kulutusta kuvaava muuttuja kuvaa papujen arvostusta ruoka-aineena. Muuttujia on selitetty logistisella regressioanalyysillä laaditulla mallilla. Taustamuuttujina mallissa ovat sukupuoli, ikä, koulutus ja asuinpaikan koko. Taustamuuttujien lisäksi mallissa käytetään selittävinä muuttujina ruokaan liittyviä arvostuksia kuvaavia keskiarvomuuttujia, eli uutuudenpelkoa, kiinnostusta ruoan terveellisyyttä kohtaan, kiinnostusta ruoan luonnollisuutta kohtaan, ruoan hintaa, arvostusta kotimaisuutta kohtaan ja arvostusta ruoasta saatavaa nautintoa kohtaan.

*Lihan tärkeys ruokavaliossa*

Lihan tärkeyttä ruokavaliossa kuvaava muuttuja mittaa sitä, miten tärkeänä vastaaja pitää lihan merkitystä ruokavaliossa. Muuttuja selittää sitä, miten tärkeäksi liha koetaan osana monipuolista ruokavaliota, samoin miten tärkeäksi se koetaan valkuaisaineiden lähteenä ja miten lihaa ei voida korvata kasviproteiineilla. Taulukossa 2 esitetään lihan tärkeyttä ruokavaliossa selittävä logistinen regressiomalli. Taulukosta voidaan havaita, että malli on tilastollisesti merkitsevä, ja sen selitysaste on 21,7 prosenttia.

Taulukkoa 2 tarkastelemalla voidaan havaita, että miesten todennäköisyys pitää lihaa ruokavaliolle tärkeänä on selvästi suurempi naisiin verrattuna. Ikää tarkasteltaessa nuorimman ikäluokan vastaajat pitivät lihan merkitystä vähäisempänä ruokavaliolle kuin vanhemmat ikäryhmät. Kummassakin tapauksessa ero on tilastollisesti merkitsevä. Koulutuksen ja asuinpaikan koon suhteen erot ovat pieniä, ja myöskään tilastollisesti merkitseviä eroja ei löydy.

Uutuudenpelko, kotimaisuuden arvostus ja ruoasta saatava nautinto ovat yhteydessä siihen, että liha koetaan tärkeäksi ruoka-aineeksi ruokavaliossa. Erityisesti vastaajan arvostus ruoasta saatavaa nautintoa kohtaan lisää todennäköisyyttä lihan tärkeyden korostumiselle ruokavaliossa. Ruoan terveellisyyden ja luonnollisuuden arvostus taas vähentävät lihan merkitystä ruokavaliossa. Ero näissä selittävässä muuttujissa on tilastollisesti merkitsevä.

Taulukko 2. Lihan tärkeys ruokavaliassa. Logistinen regressioanalyysi (n=986).

Selittävät muuttujat	N	Riskiluku (Exp(B))
Vakiotermi		0,369
Sukupuoli		
Nainen	498	0,511***
Mies	488	1
Ikä		
18-34-vuotiaat	200	0,449***
35-49-vuotiaat	223	0,697
50-64-vuotiaat	404	1,052
yli 65-vuotiaat	159	1
Koulutus		
Perusaste	181	1,108
Toinen aste	410	0,999
Korkea-aste	395	1
Asuinpaikka		
Pääkaupunkiseutu	219	0,974
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	209	1,054
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	137	0,787
Alle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	402	1
Uutuudenpelko		1,272***
Terveellisyys		0,701***
Luonnollisuus		0,754***
Kotimaisuus		1,300***
Ruoan hinta		0,971
Ruoka nautintona		1,491***
Mallin merkitsevyys		***
R2-selitysaste (Nagelkerke)		0,217

\*P-arvo&lt;0,05 \*\*P-arvo&lt;0,01 \*\*\*P-arvo&lt;0,001



*Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa*

Taulukossa 3 esitetään logistinen regressiomalli, joka selittää lihan tärkeyttä ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa. Muuttuja selittää vastaajien halua tarjota lihaa vierailleen ruoaksi, halua tilata liharuokia ravintolassa ja vastaajien perheenjäsenten haluttomuutta vähentää lihan kulutusta. Taulukosta voidaan havaita, että malli on tilastollisesti merkitsevä, ja sen selitysaste on 23,6 prosenttia.

Taulukkoa 3 tarkasteltaessa voidaan havaita, että miehillä lihan tärkeys sosiaalisissa tilanteissa on suurempaa kuin naisilla. Ikäluokista 35-49-vuotiailla ja 50-64-vuotiailla lihan kulutukseen liittyvän sosiaalisuuden merkitys on suurempaa kuin nuorimmalla ja vanhimmalla ikäluokalla, mutta ero ei ole tilastollisesti merkitsevä. Koulutusmuuttujaa tarkasteltaessa perusasteen ja keskiasteen suorittaneet pitivät lihan kulutukseen liittyvää sosiaalisuuden merkitystä suurempana kuin vertailuryhmänä oleva korkea-asteen suorittaneet vastaajat, mutta ainoastaan keskiasteen suorittaneiden vastaajien kohdalla ero on tilastollisesti merkitsevä. Asuinpaikan koon perusteella ei löydy tilastollisesti merkitseviä eroja tässä mallissa.

Taulukosta 3 voidaan havaita, että kun selitetään lihan tärkeyttä sosiaalisissa tilanteissa, niin mallissa korostuvat samat selittävät muuttujat kuin selitettäessä lihan tärkeyttä ruokavaliossa. Uutuudenpelko sekä kotimaisuuden ja ruoan nautinnon arvostus ovat yhteydessä siihen, että lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa kasvaa. Lihan kulutuksen sosiaalisen tärkeyden merkityksen suhteen myös arvostus ruoasta saatavaa nautintoa kohtaan selittää voimakkaimmin lihan kulutuksen sosiaalista merkitystä. Terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus taas vähentää lihan kulutuksen sosiaalisuuden merkitystä. Ero näissä muuttujissa on tilastollisesti merkitsevä.

Taulukko 3. Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa. Logistinen regressioanalyysi (n=986).

Selittävät muuttujat	N	Riskiluku (Exp(B))
Vakiotermi		0,303
Sukupuoli		
Nainen	498	0,535***
Mies	488	1,000
Ikä		
18-34-vuotiaat	200	0,861
35-49-vuotiaat	223	1,437
50-64-vuotiaat	404	1,338
yli 65-vuotiaat	159	1,000
Koulutus		
Perusaste	181	1,701
Keskiaste	410	1,141*
Korkea-aste	395	1,000
Asuinpaikka		
Pääkaupunkiseutu	219	0,840
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	209	0,835
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	137	1,048
Alle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	402	1,000
Uutuudenpelko		1,191**
Terveellisyys		0,695***
Luonnollisuus		0,707***
Kotimaisuus		1,380***
Ruoan hinta		0,912
Ruoka nautintona		1,614***
Mallin merkitsevyys		***
R2-selitysaste (Nagelkerke)		0,236

\*p-arvo<0,05 \*\*p-arvo<0,01 \*\*\*p-arvo<0,001

*Lihan tärkeys ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa*

Taulukossa 4 esitetty malli kuvaa sitä, miten vastaajat kokevat lihan tärkeyden ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa. Muuttuja sisältää vastaajien näkemykset siitä, että valmistavatko he lihasta maukkaampaa ruokaa kuin muista ruoka-aineista, ovatko he tottuneet tekemään lihaa sisältäviä ruokia ja löytävätkö he helpommin reseptejä liharuoilla kuin kasvisruoille. Taulukosta voidaan havaita, että malli on tilastollisesti merkitsevä ja sen selitysaste on 11,7 prosenttia.

Taulukosta 4 voidaan havaita, että taustamuuttujista ei löydy tilastollisesti merkitseviä eroja. Tämä todennäköisesti vaikuttaa myös siihen, että mallin selitysaste on selvästi muita regressiomalleja pienempi. Taulukosta voidaan kuitenkin havaita, että ruokaan liittyvät arvostukset selittävät vahvasti lihan tärkeyttä osaamisen suhteen. Uutuudenpelko, kotimaisuuden arvostus ja ruoan nautinnon arvostus ovat yhteydessä osaamisen painottamisessa liharuokiin. Terveellisyyden ja luonnollisuuden arvostus taas vähensivät liharuokiin painottunutta osaamista, erityisesti terveellisyyden merkitys on korostunut tässä mallissa. Ero näissä muuttujissa on tilastollisesti merkitsevä.

Taulukko 4. Lihan tärkeys ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa. Logistinen regressioanalyysi (n=986).

Selittävät muuttujat	N	Riskiluku (Exp(B))
Vakiotermi		0,164
Sukupuoli		
Nainen	498	0,806
Mies	488	1,000
Ikä		
18-34-vuotiaat	200	1,037
35-49-vuotiaat	223	1,382
50-64-vuotiaat	404	1,003
yli 65-vuotiaat	159	1,000
Koulutus		
Perusaste	181	0,894
Toinen aste	410	1,156
Korkea-aste	395	1,000
Asuinpaikka		
Pääkaupunkiseutu	219	1,028
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	209	0,842
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	137	0,934
Alle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	402	1,000
Uutuudenpelko		1,157*
Terveellisyys		0,770***
Luonnollisuus		0,850*
Kotimaisuus		1,240**
Ruoan hinta		1,021
Ruoka nautintona		1,538***
Mallin merkitsevyys		***
R2-selitysaste (Nagelkerke)		0,117

\*p-arvo<0,05 \*\*p-arvo<0,01 \*\*\*p-arvo<0,001

*Lihantuotannon ja lihan kulutuksen eettisten ongelmien tärkeys*

Aineistossa on kysytty myös näkemyksiä lihantuotannon eettisyydestä ja vaikutuksesta ympäristöön. Lihantuotannon ja lihan kulutuksen eettisten ongelmien tärkeyttä mittaavassa muuttujassa on kysytty vastaajien näkemyksiä lihan kulutuksen vaikutuksesta ilmastomuutokseen, lihan kulutuksen vähentämisen yhteydestä ruoan riittämiseen ja lihantuotannon pitämisestä epäeettisenä. Taulukosta 5 voidaan havaita, että malli on tilastollisesti merkitsevä ja sen selitysaste on 19,4 prosenttia.

Taulukosta 5 voidaan havaita, että keskeiset tilastollisesti merkitsevät erot löytyivät iän ja asuinpaikan perusteella. Ikäluokista 18-34-vuotiaiden joukossa näkemykset lihatuotannon ja lihan kulutuksen ongelmallisuudesta korostuu vanhempien ikäluokkien vastaajiin verrattuna, ja tämä ero on tilastollisesti merkitsevä. Samoin tilastollisesti merkitsevä ero on se, että asuinpaikan koon perusteella pääkaupunkiseudulla ja yli 100 000 asukkaan kaupungissa asuvat vastaajat korostavat lihantuotannon ja lihan kulutuksen eettisiä ongelmia todennäköisemmin kuin pienemmillä paikkakunnilla asuvat. Sukupuoli- ja koulutusmuuttujissa ei löydy tilastollisesti merkitseviä eroja.

Yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia tarkastellessa voidaan havaita, että terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus lisäsivät todennäköisyyttä siihen, että vastaaja korostaa lihantuotannon ja lihan kulutuksen eettisiin kysymyksiin. Uutuudenpelko, kotimaisuuden ja ruoasta saatavan nautinnon arvostus taas vähensivät todennäköisyyttä korostaa lihantuotannon ja lihan kulutuksen eettisiä ongelmia. Ero näissä muuttujissa on tilastollisesti merkitsevä.

Taulukko 5. Lihantuotannon ja kulutuksen eettisten ongelmien tärkeys. Logistinen regressioanalyysi (n=986).

Selittävät muuttujat	N	Riskiluku (Exp(B))
Vakiotermi		0,225
Sukupuoli		
Nainen	498	1,307
Mies	488	1,000
Ikä		
18-34-vuotiaat	200	3,665***
35-49-vuotiaat	223	1,615
50-64-vuotiaat	404	1,216
yli 65-vuotiaat	159	1,000
Koulutus		
Perusaste	181	0,702
Toinen aste	410	0,813
Korkea-aste	395	1,000
Asuinpaikka		
Pääkaupunkiseutu	219	1,808**
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	209	1,469*
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	137	1,483
Alle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	402	1,000
Uutuudenpelko		0,839**
Terveellisyys		1,301***
Luonnollisuus		1,363***
Kotimaisuus		0,841*
Ruoan hinta		1,013
Ruoka nautintona		0,852*
Mallin merkitsevyys		***
R2-selitysaste (Nagelkerke)		0,194

\*p-arvo&lt;0,05 \*\*p-arvo&lt;0,01 \*\*\*p-arvo&lt;0,001

Lihan kulutusta käsittelevien kysymysten lisäksi vastaajilta kysyttiin näkemyksiä papujen käytöstä. Neljän muuttujan perusteella on tehty papujen kulutusta käsittelevä keskiarvomuuttuja, joka tarkastelee sitä, kokeeko vastaaja pavut edullisiksi, miellyttävän makuisiksi, monipuoliseksi ruoka-aineeksi ja papujen käytön helpoksi. Taulukosta 6 voidaan havaita, että malli on tilastollisesti merkitsevä ja sen selitysaste on 18,1 prosenttia.

Taulukosta 6 voidaan havaita, että papujen arvostusta ruoka-aineena selittävien taustamuuttujien selitysvoima ei ole niin vahva kuin yleisiä ruokaan kohdistuvia arvostuksia mittaavilla muuttujilla. Nuorimman ikäluokan vastaajilla todennäköisyys arvostaa papuja ruoka-aineena on selvästi suurempi kuin vanhempien ikäluokkien vastaajilla. Muissa taustamuuttujissa ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja.

Tarkasteltaessa vastaajien yleisiä ruokaan kohdistuvia arvostuksia voidaan havaita, että terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus lisäsivät todennäköisyyttä siihen, että vastaaja piti papuja hyvänä ruoka-aineena. Uutuudenpelko ja kotimaisuuden arvostus taas vähensivät todennäköisyyttä papujen arvostusta ruoka-aineena. Ero näissä muuttujissa on tilastollisesti merkitsevä.

Taulukko 6. Papujen arvostus ruoka-aineena. Logistinen regressioanalyysi (n=986).

Selittävät muuttujat	N	Riskiluku (Exp(B))
Vakiotermi		0,738
Sukupuoli		
Nainen	498	1,191
Mies	488	1,000
Ikä		
18-34-vuotiaat	200	1,873**
35-49-vuotiaat	223	0,929
50-64-vuotiaat	404	0,994
yli 65-vuotiaat	159	1,000
Koulutus		
Perusaste	181	1,081
Toinen aste	410	0,994
Korkea-aste	395	1,000
Asuinpaikka		
Pääkaupunkiseutu	219	1,372
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	209	1,050
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	137	1,025
Alle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	402	1,000
Uutuudenpelko		0,663***
Terveellisyys		1,239***
Luonnollisuus		1,275***
Kotimaisuus		0,843*
Ruoan hinta		0,990
Ruoka nautintona		1,056
Mallin merkitsevyys		***
R2-selitysaste (Nagelkerke)		0,181

\*p-arvo&lt;0,05 \*\*p-arvo&lt;0,01 \*\*\*p-arvo&lt;0,001



## 5.2 Lähimenneisyyden kulutusmuutosten perusteella muodostetut kuluttajaryhmät

Tässä osiossa tarkastellaan lihan ja kasviproteiinien kulutuksen muutosta sekä käytäntöjä klusterianalyysillä muodostettujen kolmen kuluttajaryhmän perusteella. Ryhmät on nimetty keventäviksi kuluttajiksi, kasviproteiineja lisänneiksi kuluttajiksi ja muuttumattomiksi kuluttajiksi. Ryhmiä analysoidaan tekemällä keskiarvovertailuja yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia mittaavien keskiarvomuuttujien sekä lihan ja papujen tärkeyttä syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä kuvaavien keskiarvomuuttujien suhteen. Tämän lisäksi on tehty keskiarvovertailua kasviproteiineihin liitettyjen mielikuvien suhteen. Ryhmien välisiä eroja on tarkasteltu lihan ja kasviproteiinien ilmoitetun käytön suhteen. Ryhmien välisiä eroja on myös vertailtu suhteessa lähitulevaisuuden aiottuihin kulutusmuutoksiin lihan, kasvien ja kasviproteiinien suhteen. Jakaumien eroja on tarkasteltu ristiintaulukoinnilla.

Taulukko 7. Kuluttajaryhmät taustamuuttujittain (ristintaulukointi (%),  $\chi^2$ -testisuure, n=1000)).

	keventävät kuluttajat	kasvisproteiineja lisänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Kaikki
Sukupuoli***				
Naiset	50	70	36	51
Miehet	50	30	64	49
Ikä***				
18-34-vuotiaat	14	38	16	21
35-49-vuotiaat	21	21	25	22
50-64-vuotiaat	44	31	44	41
yli 65-vuotiaat	21	10	15	16
Koulutus***				
Perusaste	22	12	19	19
Keskiaste	43	38	42	41
Korkea-aste	35	50	39	40
Asuinpaikka***				
Pääkaupunkiseutu	18	29	23	22
Yli 100 000 asukkaan kaupunki	19	24	23	21
Yli 50 000 asukkaan kaupunki	13	13	15	14
Ylle 50 000 asukkaan kaupunki tai kunta	50	34	39	43
Yhteensä	43	26	31	100

\*P-arvo<0,05 \*\*P-arvo<0,01 \*\*\*P-arvo<0,001

Taulukkoon 7 on koottu kuluttajaryhmät sukupuolen, iän, koulutuksen ja asuinpaikan koon perusteella. Mukaan on otettu myös kaikkien vastaajien jakauma näiden taustamuuttujien perusteella. Taulukkoa tarkastellessa voidaan havaita, että keventävien kuluttajien ryhmässä kahden vanhemman ikäluokan vastaajien osuus on korostunut. Samoin asuinpaikan koon perusteella alle 50 000 asukkaan kaupungeissa ja muissa kunnissa asuvien vastaajien osuus on korostunut tässä ryhmässä. Sukupuolen perusteella vastaajien välillä ei ole juuri eroa. Keventävien kuluttajien ryhmään kuuluvat ovat keskimäärin vanhempia ja asuvat todennäköisemmin asukasluvuiltaan pienillä paikkakunnilla.

Kasviproteiineja lisäaineiden kuluttajien ryhmässä olevista vastaajista 70 prosenttia on naisia. Ryhmässä korostuu nuorimpaan ikäluokkaan kuuluvien, korkea-asteen koulutuksen saaneiden ja pääkaupunkiseudulla ja suurissa kaupungeissa asuvien vastaajien osuus. Tähän ryhmään kuuluva on todennäköisesti nuori nainen, jolla korkea-asteen koulutus ja joka asuu asukasmäärältään yli 100 000 asukkaan kaupungissa.

Muuttumattomien kuluttajien ryhmässä vastaajista 64 prosenttia on miehiä. Tässä ryhmässä 35-49-vuotiaiden ja 50-64-vuotiaiden vastaajien osuus on hieman korostunut. Koulutuksen suhteen tässä ryhmässä ei ole suuria eroja verrattuna kaikkiin vastaajiin. Alle 50 000 asukkaan kaupungeissa tai kunnissa asuvista tämän ryhmän osuus on hieman pienempi kuin kaikkien vastaajien keskuudessa. Tähän ryhmään kuuluva vastaaja on todennäköisesti keski-ikäinen mies, joka asuu keskikokoisella tai suurella paikkakunnalla.

Taulukko 8. Lihan, kasvien, papujen ja kasviproteiinien kulutus ryhmittäin (ristiintaulukointi (%),  $\chi^2$ -testisuure, (n=1000)).

	Keventävät kuluttajat	Kasvisproteiineja lisänneet kuluttajat	Muuttumattomat kuluttajat	Kaikki
Osuus vastaajista	43	26	31	100
Naudanliha***				
Ei käytä	1	36	1	10
Vähentynyt	52	58	0	37
Pysynyt ennallaan	42	4	98	50
Lisääntynyt	5	2	1	3
Sianliha***				
Ei käytä	2	39	2	11
Vähentynyt	42	59	7	35
Pysynyt ennallaan	51	1	90	51
Lisääntynyt	5	0	1	3
Broileri***				
Ei käytä	2	27	3	8
Vähentynyt	6	34	4	13
Pysynyt ennallaan	46	38	85	56
Lisääntynyt	46	1	8	23
Kala***				
Ei käytä	1	15	6	6
Vähentynyt	8	13	7	9
Pysynyt ennallaan	46	45	73	54
Lisääntynyt	45	27	15	31
Kasvikset***				
Ei käytä	1	1	0	1
Vähentynyt	6	1	3	4
Pysynyt ennallaan	24	37	97	50
Lisääntynyt	69	61	0	45
Pavut***				
Ei käytä	29	7	32	24
Vähentynyt	13	7	10	10
Pysynyt ennallaan	45	51	55	50
Lisääntynyt	13	35	3	16
Kasviproteiinituotteet***				
Ei käytä	72	9	72	56
Vähentynyt	4	6	5	5
Pysynyt ennallaan	15	31	17	20
Lisääntynyt	9	54	6	20

\*p-arvo<0,05 \*\*p-arvo<0,01 \*\*\*p-arvo<0,001

Ensimmäinen ryhmä ovat keventävät kuluttajat, jotka käsittävät 43 prosenttia vastaajista. Taulukosta 8 voidaan havaita, että nämä vastaajat ovat vähentäneet naudanlihan kulutusta ja lisänneet kasviksia ruokavalioonsa. Ryhmässä merkittävä osa vastaajista on myös vähentänyt sianlihan kulutusta ja lisännyt broilerin kulutusta. Ryhmässä suurin osa vastaajista, eli 72 prosenttia ei käytä lainkaan kasviproteiinituotteita.

Toinen ryhmä ovat kasviproteiineja lisänneet kuluttajat, joihin kuuluu 26 prosenttia vastaajista. Tässä ryhmässä vastaajat ovat vähentäneet punaisen lihan, eli naudan- ja porseanlihan kulutusta, ja lisänneet selvästi kasvien, papujen ja kasviproteiinituotteiden kulutusta. Broilerin ja kalan sekä papujen kulutus on pysynyt ennallaan. Tässä ryhmässä on myös muihin ryhmiin verrattuna eniten niitä vastaajia, jotka eivät käytä punaista lihaa ja broileria.

Kolmas ryhmä ovat muuttumattomat kuluttajat, jotka käsittävät 31 prosenttia vastaajista. Tässä ryhmässä olevat vastaajat eivät ole juurikaan muuttaneet lihan kulutustaan. Ainoastaan kalan kulutus on hieman lisääntynyt. Samoin papujen ja kasvien kulutus on pysynyt samana. Merkittävä osa, eli 72 prosenttia tästä ryhmästä ei käytä kasviproteiinituotteita lainkaan.

#### *Yleiset ruokaan liittyvät arvostukset ryhmittäin*

Taulukossa 9 esitetään keskiarvovertailu yleisistä ruokaan liittyvistä arvostuksista ryhmittäin. Kaikissa ryhmissä ruoan kotimaisuutta arvostetaan korkealle, samoin ruoasta saatavaa nautintoa. Ryhmistä eniten keskenään eroavat kasviproteiineja lisänneet kuluttajat ja muuttumattomat kuluttajat. Näiden ryhmien erot ovat suurimmat uutuudenpelon, terveellisuuden ja luonnollisuuden suhteen. Kasviproteiineja lisänneiden kuluttajien ryhmässä ruoan terveellisyys ja luonnollisuus koetaan tärkeäksi, kun taas muuttumattomat

kuluttajat ovat jossain määrin uutuudenpelkoisempia kuin kasviproteiineja lisänneet kuluttajat. Keventävät kuluttajat ovat lähellä muuttumattomia kuluttajia uutuudenpelon suhteen, mutta kyseinen ryhmä asettuu terveellisuuden ja luonnollisuuden suhteen lähelle kasviproteiineja lisänneitä kuluttajia. Keventävillä kuluttajilla ruoan nautinnon ja kotimaisuuden arvostus on korkeampaa kuin muilla ryhmillä, tosin näiden muuttujien suhteen erot ryhmien välillä ovat pieniä.

Taulukko 9. Yleiset ruokaan liittyvät arvostukset ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).

		keventävät kuluttajat	kasvisproteiineja lisänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Kaikki
Uutuudenpelko***	Keskiarvo	3,32	2,91	3,46	3,26
	Keskihajonta	1,26	1,24	1,35	1,30
	Luottamusväli (95%)	3,20-3,44	2,76-3,07	3,31-3,61	3,18-3,34
Terveellisyys***	Keskiarvo	4,23	4,52	3,60	4,11
	Keskihajonta	1,32	1,13	1,21	1,29
	Luottamusväli (95%)	4,10-4,36	4,38-4,66	3,47-3,74	4,03-4,19
Luonnollisuus***	Keskiarvo	4,27	4,71	3,84	4,25
	Keskihajonta	1,26	1,33	1,23	1,31
	Luottamusväli (95%)	4,15-4,39	4,54-4,87	3,70-3,97	4,17-4,33
Hinta	Keskiarvo	3,52	3,63	3,57	3,56
	Keskihajonta	1,10	1,07	1,11	1,11
	Luottamusväli (95%)	3,41-3,62	3,49-3,76	3,44-3,69	3,49-3,63
Kotimaisuus*	Keskiarvo	5,56	5,36	5,38	5,45
	Keskihajonta	1,12	1,15	1,20	1,16
	Luottamusväli (95%)	5,46-5,67	5,22-5,51	5,25-5,51	5,38-5,53
Nautinto*	Keskiarvo	4,97	4,86	4,78	4,88
	Keskihajonta	0,99	1,06	1,08	1,04
	Luottamusväli (95%)	4,82-5,06	4,73-4,99	4,66-4,90	4,82-4,94

\*P-arvo<0,05 \*\*P-arvo<0,01 \*\*\*P-arvo<0,001

*Lihan ja papujen kulutus ja merkitys ryhmittäin*

Taulukossa 10 esitetään keskiarvovertailu lihan ja papujen tärkeydestä syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjen suhteen ryhmittäin. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat erottuvat selvästi keventävistä kuluttajista ja muuttumattomista kuluttajista. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat pitävät lihan tärkeyttä ruokavalion ja sosiaalisten tilanteiden suhteen vähäisempänä kuin muut ryhmät. Tässä ryhmässä myös lihan tärkeys ruoka-aineena ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa on vähäisempää kuin muilla ryhmillä. Kasviproteiineja lisänneet vastaajat kiinnittävät huomiota lihantuotantoon ja lihan kulutukseen liittyviin eettisiin ongelmiin enemmän kuin kaksi muuta ryhmää. Samoin kasviproteiineja lisänneet kuluttajat myös arvostavat papuja ruoka-aineena enemmän kuin muut ryhmät, mutta papujen käytön suhteen keskiarvoerot ovat pienemmät kuin muiden muuttujien suhteen.

Keventävät kuluttajat ja muuttumattomat kuluttajat taas ovat suhteellisen lähellä toisiaan, kun tarkastellaan lihan ja papujen tärkeydestä syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjen suhteen. Kummallekin ryhmälle liha on tärkeä ruoka-aine ruokavaliossa, sosiaalisissa tilanteissa ja ruoanlaittoon liittyvän osaamisen suhteen. Kummatkin ryhmät kiinnittävät vähemmän huomiota eettisiin ongelmiin kuin kasviproteiineja lisänneet kuluttajat. Kumpikin ryhmä myös arvostaa vähemmän papuja ruoka-aineena kuin kasviproteiineja lisänneet kuluttajat.

Taulukko 10. Lihan ja papujen kulutus ja merkitys ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).

		keventävät kuluttajat	kasvisproteiineja lisänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Kaikki
Lihan tärkeys ruokavaliossa***	Keskiarvo	4,94	2,73	5,27	4,48
	Keskihajonta	1,2	1,56	1,17	1,66
	Luottamusväli (95%)	4,83-5,06	2,54-2,92	5,14-5,40	4,38-4,58
Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa***	Keskiarvo	5,14	3,13	5,55	4,73
	Keskihajonta	1,21	1,54	1,11	1,58
	Luottamusväli (95%)	5,02-5,25	2,97-3,35	5,35-5,60	4,64-4,83
Ruoanlaittoon liittyvä osaaminen***	Keskiarvo	5,23	3,62	5,20	4,78
	Keskihajonta	1,17	1,73	1,19	1,50
	Luottamusväli (95%)	5,05-5,28	3,43-3,85	5,06-5,31	4,69-4,87
Eettisten ongelmien tärkeys***	Keskiarvo	3,94	5,74	3,56	4,26
	Keskihajonta	1,46	1,27	1,46	1,66
	Luottamusväli (95%)	3,81-4,08	5,57-5,88	3,32-3,64	4,15-4,36
Papujen arvostus ruoka-aineena***	Keskiarvo	4,62	5,63	4,43	4,81
	Keskihajonta	1,25	1,15	1,19	1,30
	Luottamusväli (95%)	4,48-4,71	5,49-5,77	4,29-4,56	4,73-4,89

\*P-arvo<0,05 \*\*P-arvo<0,01 \*\*\*P-arvo<0,001

### *Lihan kulutuksen tiheys ryhmittäin*

Ryhmiä vertaillaan sen suhteen, kuinka usein eri ryhmiin kuuluvat vastaajat kuluttavat lihaa. Liitteessä 4 esitetään ristiintaulukointi, jossa tarkastellaan ryhmien lihan kulutuksen tiheyttä. Muuttumattomien kuluttajien viikoittainen lihan kulutus on selvästi suurempaa kuin muilla ryhmillä. Broilerin kulutusta tarkasteltaessa keventävät kuluttajat kuluttavat viikoittain eniten broileria, samoin kalan kulutus on viikoittain suurinta tässä ryhmässä. Broileria kuluttavat toiseksi eniten viikoittain muuttumattomat kuluttajat, kun taas kalaa kuluttavat toiseksi eniten kasviproteiineja lisänneet kuluttajat.



Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat eroavat kahdesta muusta ryhmästä. Kyseinen ryhmä käyttää viikoittain selvästi vähemmän punaista lihaa kuin muut ryhmät, joiden vastaajista vähintään puolet käyttää punaista lihaa viikoittain. Kasviproteiineja lisänneistä kuluttajista viikoittain naudanlihaa käyttää neljännes vastaajista ja sianlihaa viidennes vastaajista. Tähän ryhmään kuuluvista vastaajista kolmasosa ei käytä koskaan naudan- tai sianlihaa. Ryhmästä hieman yli 40 prosenttia käyttää broileria ja hieman yli puolet kuluttaa kalaa viikoittain. Ryhmästä neljännes ei käytä broileria koskaan ja kalan kulutuksen suhteen kyseinen prosenttiosuus on 15 prosenttia.

#### *Kasviproteiinien kulutuksen tiheys ryhmittäin*

Lihan kulutuksen tiheyden lisäksi ryhmiä vertaillaan sen suhteen, kuinka usein eri ryhmiin kuuluvat vastaajat kuluttavat kasviproteiinituotteita. Liitteessä 5 esitetään ristiintaulukointi, jossa tarkastellaan ryhmien kasviproteiinien kulutuksen tiheyttä. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat kuluttavat eniten kaikkia kasviproteiineja. Ryhmästä kolmasosa käyttää viikoittain herneitä, papuja ja linssejä. Viidesosa käyttää viikoittain tofua, soijatuotteita, Nyhtökauraa ja Härkistä. Pienin osuus on tempehin, seitanin, quornin tai muiden vastaavien kasviproteiinituotteiden suhteen. Tähän ryhmään kuuluvista vastaajista 10 prosenttia käyttää näitä kasviproteiinituotteita viikoittain. Kasviproteiinituotteiden satunnaisen käytön osuus, eli muutamasta kerrasta kuukaudessa harvemmin kuin kerran kuukauteen, on tässä ryhmässä keskimäärin 50-60 prosenttia.

Keventävien kuluttajien ja muuttumattomien kuluttajien kohdalla huomionarvoista on se, että kyseisistä ryhmistä ei löydy juurikaan kasviproteiineja säännöllisesti käyttäviä vastaajia. Nämä ryhmät eivät juurikaan käytä tempehiä, seitania, quornia tai muita vastaavia kasviproteiinituotteita edes satunnaisesti. Samoin noin kaksi kolmasosaa kummastakaan ryhmästä ei käytä tofua, soijatuotteita sekä Nyhtökauraa ja Härkistä. Tässä on selkeä ero papuihin ja linsseihin sekä herneisiin, joita suurin osa kumpaankin ryhmään kuuluvista käyttää vähintään satunnaisesti.

*Lihan korvaaminen kasviproteiineilla*

Vastaajilta on kysytty, kuinka usein he korvaavat lihaa kasviproteiineilla. Taulukosta 11 voidaan havaita, että kasviproteiineja lisänneet kuluttajat erottuvat selkeästi kahdesta muusta ryhmästä. Tähän ryhmään kuuluvista vastaajista 24 prosenttia ilmoittaa olevansa kasvisyöjiä ja 43 prosenttia ilmoittaa korvaavansa ainakin kerran viikossa lihaa kasviproteiineilla. Keventävillä kuluttajilla satunnainen kasviproteiinien käyttö, jota tapahtuu muutamassa kerrasta kuukaudessa tai vähemmän kuin kerran kuukaudessa, on melko yleistä. Keventävistä kuluttajista 45 prosenttia ei koskaan korvaa lihaa kasviproteiineilla, ja vastaava luku muuttumattomilla kuluttajilla on 64 prosenttia.

Taulukko 11. Kuinka usein vastaajat korvaavat aterioissa lihaa pavuilla tai kasviproteiineillatuotteilla ryhmittäin (ristiintaulukointi (%),  $\chi^2$ -testisuure, n=1000).

	keventävät kuluttajat***	kasvisproteiineja lisänneet kulutta- jat***	muuttumattomat kuluttajat***	Kaikki***
Kasvisyöjä, ei syö lihaa	0	24	0	6
Useasti viikossa	3	29	3	10
Kerran viikossa	7	14	2	7
Vähintään kerran kuukaudessa	18	17	9	15
Vähemmän kuin kerran kuukaudessa	27	11	22	21
Ei koskaan	45	5	64	41

\*P-arvo<0,05 \*\*P-arvo<0,01 \*\*\*P-arvo<0,001

*Lähitulevaisuuden muutokset ryhmittäin*

Vastaajilta on kysytty, aikovatko he muuttaa kulutustaan lihan suhteen seuraavien 2-3 vuoden aikana. Liitteessä 6 esitetään ristiintaulukointi, jossa kuvataan aiottuja lähitulevaisuuden muutoksia ryhmittäin. Keventävät kuluttajat ja kasviproteiineja lisänneet kuluttajat ovat selvästi vähentämässä punaisen lihan kulutusta. Keventävistä kuluttajista kolmasosa vastaajista aikoo vähentää punaisen lihan kulutusta, ja kasviproteiinia lisänneistä kuluttajista noin hieman yli 40 prosenttia aikoo vähentää punaisen lihan kulutusta. Muuttumattomista kuluttajista noin kymmenes vastaajista aikoo vähentää punaisen lihan kulutusta, mikä on selvästi vähemmän kuin muissa ryhmissä. Keventävistä kuluttajista 19 prosenttia vastaajista aikoo lisätä broilerin kulutusta ja hieman yli puolet vastaajista aikoo lisätä kalan kulutusta. Kasviproteiineja lisänneistä kuluttajista 30 prosenttia aikoo vähentää broilerin kulutusta ja neljäsosa aikoo lisätä kalan kulutusta. Muuttumattomista kuluttajista vain 5 prosenttia aikoo lisätä tai vähentää broilerin kulutustaan, mutta kyseeseen ryhmään kuuluvista vastaajista 20 prosenttia aikoo lisätä kalan kulutusta.

Vastaajilta kysyttiin, aikovatko he muuttaa kulutustaan kasvisten ja kasviproteiinien suhteen seuraavien 2-3 vuoden aikana. Liitteessä 7 esitetään ristiintaulukointi, jossa kuvataan aiottuja lähitulevaisuuden muutoksia ryhmittäin. Suurin suunniteltu lisäys on kasvisten kulutuksessa. Keventävistä kuluttajista 56 prosenttia aikoo lisätä kasvisten kulutusta. Kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla tämä osuus on hieman suurempi, eli 60 prosenttia. Muuttumattomilla kuluttajilla osuus on 19 prosenttia. Keventävistä kuluttajista 22 prosenttia aikoo lisätä papujen kulutusta, kun taas kasviproteiineja lisänneillä tämä on osuus 44 prosenttia. Muuttumattomista kuluttajista vain 6 prosenttia aikoo lisätä papujen kulutusta. Kasviproteiineja aikoo eniten lisätä kasviproteiineja lisänneet kuluttajat, joista 57 prosenttia aikoo lisätä kulutusta. Keventävistä kuluttajista 20 prosenttia aikoo lisätä kasviproteiinien kulutusta, ja muuttumattomista kuluttajista 10 prosenttia aikoo lisätä kasviproteiinien kulutusta. Keventävistä kuluttajista 22 prosenttia ei aio käyttää lainkaan papuja ja 54 prosenttia ei aio käyttää lainkaan kasviproteiineja lähivuosina. Muuttumatto-

mista kuluttajista 26 prosenttia ei aio käyttää lainkaan papuja ja 60 prosenttia ei aio käyttää lainkaan kasviproteiineja lähivuosina. Vastaavat osuudet kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla ovat papujen ja kasviproteiinien suhteen 5 prosenttia.

#### *Mielikuvat kasviproteiineista ryhmittäin*

Vastaajilta kysyttiin mielikuvia kasviproteiineista. Taulukossa 12 esitetään keskiarvovertailu ryhmien välisistä mielikuvaeroista. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat eroavat kahdesta muusta ryhmästä, ja tähän ryhmään kuuluvilla vastaajilla on muiden ryhmien vastaajiin verrattuna keskimääräistä myönteisempi kuva kasviproteiineista. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat pitävät kasviproteiineja terveellisempinä, luonnollisempina, edullisempina, paremman makuisina, eettisempinä ja helpommin valmistettavina kuin muut vastaajat. Huomionarvoista on se, että vähiten ryhmien välillä on ero kasviproteiinien edullisuuden ja kalleuden mielikuvan suhteen. Kaikki ryhmät pitivät kasviproteiineja suhteellisen kalliina, tosin kasviproteiineja lisänneet kuluttajat pitivät kasviproteiineja vähemmän kalliina kuin muiden ryhmien vastaajat.

Taulukko 12. Mielikuvat kasviproteiinituotteista ryhmittäin (yksisuuntainen varianssianalyysi, F-testisuure (n=1000)).

		keventävät kuluttajat	kasvisproteiineja lisänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Kaikki
Terveellisiä - epäterveellisiä***	Keskiarvo	3,01	2,09	3,27	2,86
	Keskihajonta	1,43	1,18	1,29	1,41
	Luottamusväli (95%)	2,88-3,18	1,94-2,23	3,13-3,42	2,77-2,94
Luonnollisia - teollisia***	Keskiarvo	4,00	3,18	4,77	4,11
	Keskihajonta	1,67	1,65	1,57	1,67
	Luottamusväli (95%)	3,84-4,16	2,97-3,38	3,76-4,11	3,67-3,87
edullisia-kalliita***	Keskiarvo	4,77	4,20	4,77	4,62
	Keskihajonta	1,46	1,58	1,33	1,47
	Luottamusväli (95%)	4,63-4,91	4,00-4,39	4,62-4,92	4,53-4,71
hyvänmakuisia-pahanmakuisia***	Keskiarvo	4,31	2,86	4,13	3,56
	Keskihajonta	1,44	1,48	1,58	1,33
	Luottamusväli (95%)	4,18-4,45	2,68-3,05	4,20-4,50	3,86-4,05
kotimaisia-ulkomaisia***	Keskiarvo	4,26	3,57	4,35	4,04
	Keskihajonta	1,44	1,34	1,28	1,40
	Luottamusväli (95%)	4,12-4,39	3,41-3,74	3,99-4,27	3,95-4,13
eettisiä-epäeettisiä***	Keskiarvo	3,29	2,16	3,47	3,06
	Keskihajonta	1,44	1,19	1,30	1,44
	Luottamusväli (95%)	3,15-3,43	2,01-2,30	3,33-3,62	2,97-3,15
helppo valmistaa-vaikea valmistaa***	Keskiarvo	4,12	2,82	4,08	4,88
	Keskihajonta	1,44	1,46	1,28	1,51
	Luottamusväli (95%)	3,98-4,26	2,64-3,00	3,94-4,23	3,68-3,97
Helposti hankittavissa-vaikeasti hankittavissa***	Keskiarvo	3,74	2,74	3,82	3,51
	Keskihajonta	1,40	1,38	1,31	1,44
	Luottamusväli (95%)	3,60-3,87	2,57-2,91	3,68-3,97	3,42-3,60

\*P-arvo<0,05 \*\*P-arvo<0,01 \*\*\*P-arvo<0,001

### 5.3 Tulosten yhteenveto

Kun tarkastellaan hypoteeseja suhteessa tutkimuksen tuloksiin, niin voidaan havaita, että hypoteesi taustamuuttujien ja yleisten ruokaan liittyvien arvostusten vaikutuksesta pitää osittain paikkansa. Naiset, nuoret, korkeakoulutetut ja suurissa kaupungeissa asuvat ovat vähentäneet lihan kulutusta enemmän ja käyttävät kasviproteiineja todennäköisemmin kuin muut vastaajat. Tälle ryhmälle ruokaan liittyvä terveellisyys, luonnollisuus ja eettisyys ovat tärkeitä, ja ryhmän mielikuvat kasviproteiinituotteista on myönteisempi kuin muilla vastaajilla. Tälle ryhmälle lihan tärkeys syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä on vähäisempää kuin muilla vastaajilla.

Voidaan kuitenkin havaita toinen lihan kulutusta muuttanut ryhmä, johon kuuluvat vastaajat ovat ikärakenteeltaan jonkin verran keskimääräistä vanhempia ja asuvat keskimääräistä todennäköisemmin asukasluvun perusteella pienillä paikkakunnilla. Näillä vastaajilla lihan kulutus on siirtynyt punaisesta lihasta broileriin, kalaan ja kasviksiin. Tälle ryhmälle ruokaan liittyvä terveellisyys ja luonnollisuus ovat tärkeitä, mutta ryhmään kuuluvat vastaajat ovat samalla enemmän uutuudenpelkoisempia kuin kasviproteiineja lisäaineiden ryhmään kuuluvat vastaajat. Tälle ryhmälle liha on tärkeä ruoka-aine syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä.

Tutkimuksessa on löydettävissä myös kolmas ryhmä, joka ei ole juurikaan muuttanut lihan kulutustaan. Tämä ryhmä on miesvaltainen ja painottuu iän puolesta 35-64-vuotiaisiin. Ryhmään kuuluvat vastaajat uutuudenpelkoisempia kuin kahden muun ryhmän vastaajat, ja näille vastaajille terveellisyys ja luonnollisuus ovat vähemmän tärkeitä kuin kahdelle muulle ryhmälle. Muuttumattomille kuluttajille liha on tärkeä ruoka-aine syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä.

### *Lihan kulutuksen muutos*

Muutoksen näkökulmasta tuloksia voidaan tarkastella kahdella tasolla. Ensinnäkin voidaan tarkastella kuluttajaryhmien punaisen lihan kulutusta, jossa on joko tapahtunut muutosta tai sitten ei ole tapahtunut muutosta. Muuttumattomien kuluttajien ryhmä ei ole nimensä mukaisesti muuttanut lihan kulutustaan, ja ryhmään kuuluvilla vastaajilla ei ole aikomusta muuttaa kulutustaan kovinkaan merkittävästi lähitulevaisuudessa (Taulukko 8). Tosin on huomioitava, että ryhmän vastaajista viidennes aikoo lähitulevaisuudessa lisätä kalan ja kasvien kulutusta (Liite 6 ja Liite 7). Kaksi muuta ryhmää ovat ilmoittaneet muuttaneensa lähimenneisyydessä punaisen lihan kulutustaan (Taulukko 8). Toiseksi voidaan tarkastella sitä, miten lihan kulutus on muuttunut. Keventävistä kuluttajista merkittävä osa ilmoitti vähentäneensä punaisen lihan kulutusta sekä lisänneensä broilerin, kalan ja kasvien kulutusta. Kasviproteiinituotteiden käyttö herneitä, papuja ja linssejä lukuun ottamatta on tässä ryhmässä lähes olematonta (Liite 5). Kasviproteiineja lisänneiden ryhmä on vähentänyt kaikkea lihan kulutusta ja lisännyt kasviproteiinien kulutusta. Tässä ryhmässä kasviproteiinien kulutus on säännöllistä.

Lihan kulutusta muuttaneita kahta ryhmää yhdistää ruokaan liittyvä terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus (Taulukko 9). Keventävät kuluttajat ovat lähellä kasviproteiineja lisänneitä kuluttajia terveellisuuden ja luonnollisuuden korostumisessa, kun taas uutuudenpelon suhteen kyseinen ryhmä on lähellä muuttumattomia kuluttajia, samoin kun tarkastellaan lihantuotantoon ja kulutukseen liittyvien eettisten ongelmien tärkeyttä (Taulukko 10). Keventäviä kuluttajia voisi luonnehtia ryhmäksi, jolle ruokaan liittyvä terveellisyys ja luonnollisuus ovat tärkeitä, mutta samalla he arvostavat tuttuja ruoka-aineita ja ruokalajeja.

Kasviproteiineja lisänneiden ryhmässä lihan ja papujen tärkeyteen liittyviä keskiarvomuuuttajia tarkastellessa voidaan havaita, että eettiset kysymykset ovat selvästi kasviproteiinituotteita lisänneille tärkeämpiä kuin muille ryhmille. Kasviproteiineja lisänneiden ryhmä on korvannut aterioilla lihaa pavuilla ja kasviproteiinituotteilla selvästi useammin

kuin muut ryhmät (taulukko 11). On huomioitava, että melkein neljännes tähän ryhmään kuuluvista vastaajista ilmoitti olevansa kasvissyöjiä, eivätkä tästä johtuen syö lihaa. Ryhmästä kuitenkin merkittävä osa niistä vastaajista, jotka eivät ole kasvissyöjiä, on vähintään kerran viikossa korvannut kasviproteiineilla lihaa, ja ryhmään kuuluvat kuluttajat kuluttavat merkittävästi useammin kasviproteiineja kuin muut ryhmät (Liite 5). Kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla on myös selvästi myönteisemmät mielikuvat kasviproteiinituotteista kuin kahdella muulla ryhmällä (Taulukko 12).

### *Lihan kulutus syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä*

Lihan kulutusta syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä on tutkittu tässä tutkimuksessa tarkastelemalla muuttujia, jotka kuvaavat käytännön elementtejä. Merkitykset muodostuvat siitä, miten tärkeänä pitää lihaa ruokavaliossa, ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa ja koetaanko lihan kulutukseen liittyvän eettisiä ongelmia. Osaamista voidaan tarkastella sen mukaan, miten tärkeän lihaa pidetään ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa. Lihan ja kasviproteiinien säännöllistä kuluttamista ja toisaalta aikomusta muuttaa kulutusta voidaan ajatella kuvaavan kulutuksen materiaalista puolta.

Tarkasteltaessa tuloksia syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjen näkökulmasta voidaan havaita, että lihan tärkeys ruokavaliossa, sosiaalisissa tilanteissa ja ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa korostuu keventävillä kuluttajilla ja muuttumattomilla kuluttajilla. Yleisiä ruokaan liittyviä arvostuksia tarkastellessa voidaan havaita, että nämä ryhmät ovat uutuudenpelkoisempia kuin kasviproteiineja lisänneiden ryhmä. Samoin keventävillä kuluttajilla ja muuttumattomilla kuluttajilla lihan kulutuksen liittyviä eettisiä ongelmia ei koeta niin merkittävinä kuin kasviproteiineja lisänneiden ryhmässä.



Keventävillä kuluttajilla ja kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla punaisen lihan kulutus on vähentynyt syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Kun tarkastellaan, kuinka usein punaista lihaa kulutetaan, niin keventävät kuluttajat eivät ole luopuneet naudan- ja sianlihan kulutuksesta, mutta sitä on selvästi vähennetty. Tässä ryhmässä broileria ja kalaa kulutetaan useammin viikoittain kuin punaista lihaa (Liite 4). Samoin keventävät kuluttajat aikovat vähentää tulevaisuudessa jossain määrin naudan- ja sianlihan kulutusta sekä lisätä kasvien kulutusta (Liite 6). Keventävillä kuluttajilla lihan tärkeys ruokavaliossa, ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa ja myös osaamisen painottuminen liharuokiin osoittaa, että näillä kuluttajilla liha on keskeinen ruoka-aine syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä (Taulukko 10), mutta ruokaan liittyvä terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus (Taulukko 9) on siirtänyt kulutusta punaisesta lihasta broileriin ja kalaan.

Kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla lihan merkitys ruokavaliossa, ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa ja osaamisessa on selvästi vähäisempi kuin muilla ryhmillä. Näillä kuluttajilla papuja pidetään selvästi muita ryhmiä enemmän hyvänä ja käyttökelpoisena ruoka-aineena (Taulukko 10). Kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla lihan merkitys ruoka-aineena on selvästi pienentynyt ja samalla kasviproteiinit ovat nousseet tärkeäksi osaksi ruokavaliota. Ruoanlaittoon liittyvä osaaminen sisältää kasviproteiineja sisältävien ruokien valmistamisen, sillä papujen lisäksi tähän ryhmään kuuluvat kuluttajat kokevat muita enemmän kasviproteiinit helpoksi valmistaa ja samoin niiden hankkimisen helpoksi (Taulukko 12). Kasviproteiinien omaksumista osaksi syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjä voidaan havaita siitähän, että kasviproteiineja lisänneet kuluttajat ovat myös selvästi enemmän korvanneet lihaa kasviproteiineilla (Taulukko 11), ja he myös kuluttavat kasviproteiineja säännöllisesti (Liite 5).

## 6 Johtopäätökset ja pohdinta

### 6.1 Johtopäätökset

Tulosten perusteella voidaan päätellä, että lihan kulutus on muuttunut ja muuttumassa ainakin osalla kuluttajista. Ensinnäkin punaisen lihan kulutus on muuttumassa. Selkeä enemmistö tutkimuksen vastaajista on oman ilmoituksensa mukaan vähentänyt punaista lihaa. Punaisen lihan vähentäminen tapahtuu kahdella eri tavalla, eli siirtymällä kulutuksessa broileriin tai sitten vähentämällä lihan kulutusta kokonaisuudessaan ja lisäämällä kasviproteiinien kulutusta. Punaisen lihan kulutuksen vähentämisen suhteen keskeinen tekijä on terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus. Vähentävien vastaajien kesken erottelevia tekijöitä ovat taas suhtautuminen lihan kulutuksen eettisiin ongelmiin sekä uutuudenpelko. Ne vastaajat, jotka pitävät lihantuotantoa ja kulutusta eettisesti ongelmallisenä sekä ovat muita vastaajia vähemmän uutuudenpelkoisia, ovat todennäköisemmin vähentäneet lihan kulutusta kokonaisuudessaan ja siirtyneet kuluttamaan kasviproteiinituotteita.

#### *Lihan kulutuksen muutos*

Kun tarkastellaan Warden (1997) ja Mäkelän (2002) ruokaan liittyvän muutoksen vastinpareja suhteessa tuloksiin, voidaan löytää terveellisuuden ja nautinnon sekä vastuullisuuden ja itsekeskeisyyden vastinpareista keskeiset muutostekijät. Tämän tutkimuksen perusteella ruokaan liittyvä terveellisyys ja vastuullisuus ovat yhteydessä lihan kulutuksen muutokseen. Aikaisempi tutkimus tukee tätä havaintoa, esimerkiksi Latvalan ynnä muiden (2012) jaottelussa kuluttajaryhmiin lihan kulutuksen muutoksen perusteella voidaan havaita, että terveellisuuden merkitys korostuu niillä vastaajilla, jotka ovat vähentäneet punaista lihaa ja siirtyneet käyttämään enemmän broileria. Ne vastaajat, jotka ovat vähentäneet kaikkea lihan kulutusta, korostavat terveellisuuden lisäksi lihan kulutuksen ympäristövaikutuksia (Latvala ym. 2012, 75).

Voidaan kuitenkin myös pohtia, miten uutuudenpelkoa voidaan tarkastella perinteiden ja uutuuksien näkökulmasta. Uutuudenpelon taustalla voi olla perinteisiin ja tuttuihin ruoka-aineisiin liittyviä arvostuksia. Näillä arvostuksilla voi olla vaikutusta siihen, miten helposti kuluttaja lähtee kokeilemaan uusia ruoka-aineita tai reseptejä. Tämän lisäksi voidaan pohtia helppouden ja vaivannäön merkitystä muutoksessa. Broilerin kulutuksen lisääntymiseen on varmasti vaikuttaneet markkinoilla pitkään olleet helppokäyttöiset broilerituotteet, joita voi hyödyntää arkiruoissa. Markkinoille on tällä hetkellä tullut helppokäyttöisiä kasviproteiinituotteita, ja ne ovat varmasti yksi tekijä, joka pienentää kynnystä kasviproteiinien kulutukselle muiden tekijöiden ohella. Kasviproteiinien kulutus on myös lisääntynyt, vaikka määrät ovat edelleen vähäisiä verrattuna lihaan.

Kasviproteiinien suhteen voidaan huomioida, että kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla on selvästi myönteisempi käsitys papujen ja kasviproteiinien käytettävyydestä ruoka-aineena. Tuloksista ei voi päätellä, että onko myönteinen suhtautuminen seurausta kasviproteiinien kulutuksesta, vai onko kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla lähtökohtaisesti myönteinen suhtautuminen kasviproteiineihin. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat ovat kuitenkin vähemmän uutuudenpelkoisia kuin kaksi muuta ryhmää, joten tässä ryhmässä olevilla vastaajilla voi myös olla matalampi kynnys kokeilla uusia ruoka-aineita ja -reseptejä.

#### *Liha ja kasviproteiinien kulutus syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä*

Syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä tapahtuva muutos ei tapahdu uusien ruoka-aineiden ja -reseptien myötä, vaan muutoksen on tapahduttava kokonaisvaltaisesti kaikissa käytännön elementeissä. Shoven ynnä muiden (2012) mukaan käytäntöjen elementit ovat sidoksissa toisiinsa. Esimerkiksi pelkästään tiettyjen kulutushyödykkeiden saatavuuden parantuminen ei vielä muuta käytäntöä, vaan muutoksen pitää tapahtua myös kompetenssissa ja merkityksissä (Shove ym. 2012, 29-31). Shoven ynnä muiden (2012) mukaan kulutuksessa käytettävät materiaalit muuttuvat ja samalla niihin kohdistuva osaaminen myös muuttuu. Käytäntöihin liittyvän osaamisen muodostuminen keskeiseksi tai tiettyjen

taitojen siirtyminen taka-alalle on seurausta ihmisten toiminnasta sekä yksilöllisellä että yhteisöllisellä tasolla. Merkityksiin liittyvät elementit myös muuttuvat ajan myötä (Shove ym. 2012, 34-35).

Tarkasteltaessa kuluttajaryhmien mielikuvia kasviproteiinituotteista voidaan havaita, että kasviproteiineja lisänneillä kuluttajilla oli myönteisemmät mielikuvat kasviproteiinituotteista niiden maun ja käytettävyyden perusteella. Jallinojan ynnä muiden (2016) mukaan verrattaessa vastaajien papujen kulutusta voidaan havaita, että papuja ruoka-aineena säännöllisesti käyttävät vastaajat myös kuluttivat myös muita kasviproteiinituotteita selvästi enemmän kuin muut vastaajat (Jallinoja ym. 2016, 8). Erityisesti helppokäyttöisten kasviproteiinituotteiden suhteen saatavuus on lisääntynyt viime vuosina, mutta niiden käytön lisääntyminen edellyttää myös ruoanlaittoon liittyvää osaamista ja ruokaan liittyvien merkitysten muutosta.

Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat kuluttavat kasviproteiineja säännöllisesti, ja samalla lihan tärkeys ruokavaliossa, ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa ja ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa on vähäisempi tällä ryhmällä kuin kahdella muulla ryhmällä. Kasviproteiineja lisänneiden kuluttajien kohdalla voidaan tulkita lihan merkityksen ruoka-aineena ja samalla ruoanlaittoon liittyvän osaamisen muuttuneen siten, että tähän ryhmään kuuluvilla vastaajilla on kehittynyt osaamista kasviproteiinien käyttöön ruoka-aineena. Samalla ruoan terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostus yhdistettynä lihantuotannon ja kulutuksen eettisten ongelmien korostumiseen on yhteydessä siihen, että lihaa ei koeta tärkeänä ruoka-aineena syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä tämän ryhmän keskuudessa.

Liha tuskin katoaa syömisen ja ruoanlaiton käytännöistä, mutta ruoka-aineiden käytettävyyden muutos yhdistettynä merkitysten muutoksiin ja ruoanlaittoon liittyvän tietotaidon muutokseen on muuttanut lihan kulutusta. Muuttumattomilla kuluttajilla ja keventävillä kuluttajilla liha koetaan tärkeäksi ruoka-aineeksi ruokavaliossa, ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa ja ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa. Keventävillä kuluttajilla

broilerin, kalan ja kasvien kulutuksen lisääntyminen sekä ruokaan liittyvän terveellisuuden ja luonnollisuuden arvostuksen voidaan ajatella muuttaneen myös ruoanvalmistukseen liittyvää tietotaitoa koskien näiden ruoka-aineiden valmistusta. Broilerin kulutuksen lisääntymiseen on varmasti vaikuttanut helppokäyttöisten tuotteiden ja saatavuuden lisäksi myös ravitsemussuositukset, joissa suositellaan korvaamaan punainen liha siipikarjalla tai kalalla.

### *Liha, kasviproteiinit ja sosiodemografiset tekijät*

Tutkimuksessa on tarkasteltu sosiodemografisten taustatekijöiden vaikutusta lihan ja papujen kulutusta ja käytäntöjä tarkastelevissa muuttujissa. Samalla on tarkasteltu sitä, miten kuluttajaryhmät jakautuvat sosiodemografisten taustamuuttujien perusteella. Sukupuoli, ikä, koulutus ja asuinpaikan koko asukasluvun perusteella vaikuttavat eri tavoin siihen, miten lihaa ja kasviproteiineja kulutetaan. Tutkimuksessa säännöllinen lihan kulutus ja kulutuksen muuttumattomuus painottuvat miespuolisiin vastaajiin. Samalla kasviproteiinien kulutusta lisänneet vastaajat ovat suurimmaksi osaksi naisia. Latvalan ynnä muiden (2012) mukaan kuluttajaryhmät, jotka pyrkivät vähentämään punaista lihaa siirtymällä broileriin tai vähentämään kaikkea lihan kulutusta, ovat naisvaltaisia, kun taas lihaa paljon kuluttava ryhmä on miesvaltainen (Latvala ym. 2012, 75).

Sukupuoli on kuitenkin vain yksi muuttuja, kun tarkastellaan ruokatottumuksia. Aineistossa voidaan havaita sukupuolen lisäksi havaita eroja iän, koulutuksen ja asuinpaikan koon suhteen. Tässä tutkimuksessa kasviproteiineja suosivat kuluttajat ovat todennäköisemmin naisia, nuoria, korkea-asteen koulutuksen suorittaneita ja suurissa kaupungeissa asuvia. Tämä on myös huomattu aikaisemmassa tutkimuksessa. Jallinojan ynnä muiden (2016) mukaan papujen kulutus on yleisempää nuorilla, korkeakoulutetuilla ja pääkaupunkiseudulla asuvilla (Jallinoja ym. 2016, 10). Vainion ynnä muiden (2016) mukaan kasviproteiineihin siirtymässä olevat kuluttajat ovat suhteessa nuorempia kuin muut vas-

taajat (Vainio ym. 2016, 96). Sitran toteuttamassa Resurssiviisas kansalainen -kyselytutkimuksessa kasvispainotteinen ruokavalio ja punaisen lihan vähentäminen korostuvat erityisesti alle 30-vuotiaiden keskuudessa (Hyrö 2019).

Län merkityksen voi havaita tässä tutkimuksessa, sillä nuoret eivät toisaalta pidä lihaa niin tärkeänä syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä. Tämä näkyy myös kuluttajaryhmissä, joissa kasviproteiineja lisänneiden kuluttajien ryhmä on selvästi ikärakenteeltaan nuorempi kuin muut ryhmät. Tarkastellessa kasviproteiineja lisänneitä kuluttajia on otettava huomioon, että lähes neljännes ryhmästä ilmoittaa olevansa kasvissyöjiä, jotka eivät syö ollenkaan lihaa. Tämä vaikuttaa siihen, miten ryhmän kulutus painottuu, mutta ryhmästä kolme neljäsosaa ovat sekasyöjiä, jotka ovat lisänneet papujen ja kasviproteiinien käyttöä, sekä korvanneet lihaa pavuilla ja kasviproteiineilla.

Alueellisesti kasviproteiinien kulutus keskittyy suurissa asutuskeskuksissa asuvilla vastaajille. Tässä tutkimuksessa on löydettävissä ryhmä, joka painottuu keskimääräistä vanhempiin, asukasluvultaan pienillä paikkakunnilla asuviin vastaajiin, jotka ovat muuttaneet lihan kulutustaan punaista lihaa vähentämällä ja siirtymällä broileriin ja kalaan. Ero suurten kaupunkien ja pienten paikkakuntien välillä on havaittu aikaisemmassa tutkimuksessa. Vainion ynnä muiden (2016) mukaan voidaan havaita lihan ja papujen kulutusta tutkittaessa alueellista eroa, sillä pelkästään lihaa kuluttavat vastaajat asuvat todennäköisemmin pienillä paikkakunnilla ja maaseudulla, kun taas ne vastaajat, jotka eivät kuluta lihaa, asuvat suurissa kaupungeissa (Vainio ym. 2016, 96). Elintarvikkeiden myyntitiedot myös tukevat alueellista jaottelua, sillä Helsingin Sanomat julkaisi toukokuussa 2019 artikkelin, jossa tarkastellaan kasviproteiinituotteiden ja jauhelihan sekä kasvimaitojen ja lehmänmaidon kulutusta alueittain S-ryhmältä ja Keskolta saadun myyntidatan mukaan. Keskeinen tulos on se, että kasviproteiinituotteiden ja kasvimaitojen myynti on keskittynyt suuriin kaupunkeihin, kun taas niiden menekki on selvästi pienempää pienemmillä paikkakunnilla ja maaseudulla (Kanerva & Laitinen 2019).

Yhtenä keskeisenä huomiona on kuitenkin se, että lihan kulutuksessa on vaihtelua niiden kuluttajien keskuudessa, jotka kuluttavat lihaa säännöllisesti, ja joille liha on tärkeä ruoka-aine. Tähän näyttävät vaikuttavan kuluttajien ruokaan liittyvät arvostukset. Konttisen ynnä muiden (2013, 877-878) havainto siitä, että korkeammassa sosioekonomisessa asemassa oleville terveellisyys on keskeinen ruoan valintamotiivi, kun taas matalammassa sosioekonomisessa asemassa oleville hinta ja tuttuus ovat keskeisiä motiiveja, pätee osittain tässä tutkimuksessa, mutta yhteys ei ole niin yksiselitteinen. Kasviproteiineja lisänneet kuluttajat arvostavat ruoan terveellisyyttä ja ovat keskimääräisesti korkeammin koulutettuja muihin vastaajiin verrattuna. Keventävien kuluttajien keskuudessa ruoan terveellisyyttä arvostetaan, mutta samoin kyseisen ryhmän voi tulkita arvostavan ruokaan liittyvää tuttuutta. Jos tarkastellaan sosioekonomista asemaa koulutuksen perusteella, keventävät kuluttajat ovat hieman keskimääräistä matalammin koulutettuja, joka saattaa selittyä sillä, että ryhmään kuuluvat vastaajat ovat keskimääräistä vanhempia. Tosin ei tästä ei voida tehdä kovin pitkälle meneviä johtopäätöksiä, sillä koulutus ei yksinään määrittele sosioekonomista asemaa, mutta ruokaan liittyvän terveellisyyden arvostus tuttuuden rinnalla vaikuttaa näiden vastaajien lihan kulutukseen ja sen muutokseen.

## 6.2 Pohdinta

Tässä tutkimuksessa on löydetty ruokaan liittyviä arvostuksia, asenteita sekä taustamuutujia, jotka ovat yhteydessä lihan kulutuksen muutokseen ja siihen, miten tärkeäksi liha koetaan syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä. Tutkimuksen teoreettisessa viitekehyksessä on myös hahmoteltu erilaisia tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet ruokatapojen ja ruokatottumusten muutokseen sekä syömisen ja ruoanlaiton käytäntöihin. Lihan kulutuksen muutosta ei voida typistää yksilötasolla tehtäväksi kulutusvalinnaksi, vaan oleellista on nähdä muutos ja muutostekijät laajemmassa viitekehyksessä. Shoven ynnä muiden (2012) mukaan käytännöt voidaan omaksua yhteisöjen ja verkostojen kautta, mutta sosiaalisten siteiden lisäksi mahdollisuudet hyödykkeiden käyttöön sekä infrastruktuurin ja instituutioiden kehitys vaikuttavat käytännön omaksumiseen uusien harjoittajien keskuudessa (Shove ym. 2012, 67-69). Käytännöt voivat syntyä osana harjoittajayhteisöä, mutta käytäntöjen kehitystä eivät välttämättä määrittele yksittäiset käytännön aktiiviharjoittajat ja

edelläkävijät. Muutokset käytännöissä voivat myös tapahtua vähitellen siten, että käytäntöjen elementeissä on tapahtunut muutoksia vähitellen, mutta samalla muutokset ovat merkittäviä (Shove ym. 2012, 72-73).

Lihan kulutuksen ja siihen liittyvän muutoksen suhteen erilaisten vaihtoehtojen, kuten helppokäyttöisten broilerituotteiden ja kasviproteiinituotteiden saatavuus on tärkeää. Ravitsemussuositukset ja julkinen joukkoruokailu ovat osaltaan edistäneet lihan kulutuksen muutosta. Lihan kulutukseen liittyy ristiriitoja, jotka koskevat punaisen lihan liiallisen kulutuksen epäterveellisyyttä, sekä lihantuotannon ja kulutuksen eettisyyttä. Tässä tutkimuksessa ruoan terveellisyyden ja luonnollisuuden arvostus on yhteydessä punaisen lihan vähentämiseen, kun taas terveellisyyden lisäksi lihantuotannon ja kulutuksen eettisyyteen liittyvä kiinnostus ovat yhteydessä kaikkeen lihan kulutuksen vähentämiseen.

Broilerin kulutus on lisääntynyt viimeisen 30 vuoden aikana ja se on vähitellen vakiintunut arkikäyttöön. Kuluttajien pyrkimys lisätä broilerin ja kalan kulutusta on yhteydessä suomalaisten ravitsemussuositusten noudattamiseen. Nykyiset ravitsemussuositukset suosittelevat siipikarjanlihaa punaisen lihan sijaan, sillä se on vähärasvaisempaa ja sen sisältämä rasva on parempilaatuista kuin esimerkiksi naudanlihan rasva (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 22). Latvalan ynnä muiden (2012) mukaan niillä punaisen lihan broilerilla korvanneilla kuluttajilla on keskeisenä motivaationa ruoan terveellisyys (Latvala ym. 2012, 75-76). Mäkelä ja Niva (2016) huomauttavat, että vaikka valmiiksi marinoitu broileri on aiheuttanut keskustelua ruokakulttuurin rappiosta, broilerituotteet ovat kuitenkin vakiintuneet suomalaisten arkeen. Broileria pidetään terveellisenä, kevyenä, edullisena ja monipuolisena ruoka-aineena (Mäkelä & Niva 2016, 25).

Luken ravintotasetta tarkasteltaessa (ks. Taulukko 1) voidaan havaita, että siipikarjanlihan kulutus on nelinkertaistunut 30 vuodessa, kun taas naudan- ja sianlihan kulutus on muuttunut suhteellisen vähän. Näyttäisi siltä, että viimeisen 30 vuoden aikana tullut lihan kulutuksen kasvu on tullut siipikarjanlihan kulutuksen lisääntymisestä. Aallon (2018) mukaan broilerin osuus kotitalouksien kotiin ostamasta tuoreesta lihasta on 45 prosenttia,



kun vastaava luku on ollut 18 prosenttia vuonna 1998. Samalla punaisen lihan kokonaiskulutus on jonkin verran laskenut (Aalto 2018, 22-23). Broileri on kulutusmääriensä puolesta noussut selvästi tärkeäksi ruoka-aineeksi suomalaisten syömiseen ja ruoanlaittoon liittyvissä käytännöissä. Sitä lisänneet vastaajat toisaalta arvostavat ruokaan liittyvää terveellisuutta, mutta samalla he arvostavat tuttuja ruoka-aineita. Broileri näyttäisi täyttävän terveellisuuden ja tuttuuden vaatimukset.

Kasviproteiinien kulutus ei ole lähellekään yhtä laajamittaista kuin broilerin kulutus. Kulutusmäärät ovat vielä pieniä (Aalto 2018, 35), ja hieman yli puolet tämän tutkimuksen kaikista vastaajista ei käytä kasviproteiineja lainkaan (Taulukko 8). Kasviproteiinien suhteen voidaan havaita toisenlaisia kehityskulkuja kuin broilerin kulutuksen lisääntymisessä. Kasviproteiineja on lisätty julkisissa joukkoruokailuissa ja niiden saatavuus on parantunut. Samalla kasviproteiineihin ja niiden kulutuksen muutokseen liittyy aktiivisia harjoittajia, jotka pyrkivät levittämään käytäntöjä eri kanavia pitkin. Jallinojan ynnä muiden (2019) mukaan vegaanisuus ja kasvispohjainen ruokavalio ovat kuluneen vuosikymmenen aikana saanut huomiota julkisuudessa ja samalla ne ovat kiinnittäneet kuluttajien huomion. Nykyinen huomio ja kiinnostus ovat useiden eri toimijoiden, toimintojen ja vaikutustapojen yhteisvaikutuksen tulosta. Näitä ovat esimerkiksi lihantuotantoa ja tuotantoeläinten kohtelua koskevat kampanjat, sosiaalisen median vaikuttajien antama kuva veganismista houkuttelevana elämäntapana, erilaiset haasteet, joissa syödään kasvis- tai vegaaniruokaa tietyn ajanjakson ajan, uusien kiinnostavien kasvipohjaisten tuotteiden tarjontaa ja erilaiset tapahtumat, joissa pääsee tutustumaan kasvisruokiin (Jallinoja ym. 2019, 163-167).

Kasviproteiinien kulutuksen muutosta ei voida laittaa pelkästään aktiivisten harjoittajien ansioksi, vaan kyseessä on laajempi ruokaan liittyvä ilmiö. Nivan, Vainion ja Jallinojan (2017) mukaan kasviproteiinien käytön lisäämiseen vaikuttavat mielikuvat kasviproteiineista ruoka-aineena, niiden valmistamiseen liittyvä osaaminen ja niiden asema ruokapolitiikassa ja joukkoruokailussa. Samoin elintarviketeollisuuden tulisi mahdollistaa kasviproteiinien kulutus kehittämällä uusia tuotteita ja samalla mukautua kasvavaan kasviproteiinien kulutukseen (Niva, Vainio & Jallinoja 2017, 165-166). Jallinojan ynnä muiden

(2016) mukaan keskeisiä tekijöitä papujen kulutuksen lisäämiselle ovat papuruokareseptien tunteminen, papuruokien saatavuus työpaikkaruokalassa ja eri papuvaihtoehtojen tunteminen (Jallinoja ym. 2016, 9).

Pohjoismaisia ravitsemussuosituksia uudistetaan parhaillaan, ja niissä tullaan painottamaan aikaisempaa enemmän ruoan vaikutusta ilmastonmuutokseen ja luonnon monimuotoisuuteen, joten lihan määrä tulee vähentymään ravitsemussuosituksissa (Martikainen 2019). Aikaisemmassa tutkimuksessa nousee esille joukkoruokailun merkitys papujen ja kasviproteiinien omaksumisessa osaksi syömisen ja ruoanlaiton käytäntöjä, joten joukkoruokailulla voi olla keskeinen rooli kasviproteiinien kulutuksen lisääntymisessä tulevaisuudessa. Joukkoruokailulla on suomalaisessa yhteiskunnassa pitkä historia ja sen piirissä on lasten lisäksi myös merkittävä osa aikuisia. Joukkoruokailun voi olettaa vaikuttavan suomalaisten ruokailutottumuksiin (Mäkelä 1996a, 21). Joukkoruokailu tukee terveellistä syömistä (Raulio, Roos & Prättälä 2010, 987), ja tämän lisäksi joukkoruokailun ja ravitsemussuosittelun mukaisen syömisen välillä voidaan osoittaa olevan yhteys (Roos, Sario-Lähteenkorva ja Lallukka 2010, 59).

### **6.3 Tutkimuksen luotettavuus ja yleistettävyyys**

Tämä tutkimus on toteutettu määrällisellä aineistolla, joka on antanut mahdollisuuden tarkastella tutkittavia ilmiöitä siten, että ne ovat yleistettävissä väestötasolle. Kun kyseessä on lihan kulutuksen kaltainen yleinen ilmiö, niin määrällinen tutkimus antaa mahdollisuuden tarkastella sitä laajemmalla tasolla vastaajien määrän suhteen kuin mitä laadullinen tutkimus mahdollistaisi. Tämä on mahdollistanut tässä tutkimuksessa vastaajien ryhmittelyn ja näiden ryhmittelyjen analysoinnin.

Määrällisessä tutkimuksessa on kuitenkin omat haasteensa. Tässä tapauksessa lomake on melko pitkä, ja se sisältää useita eri aihealueita, mikä on voinut vaikuttaa vastaamisinnostukseen. Kyselyssä onkin ollut suhteellisen pieni vastausprosentti, ja vain 16 prosenttia vastaajista on vastannut lomakkeeseen. Lundin ja Nivan (2019) mukaan internetin kautta sähköpostikutsulla tehdyssä kyselyssä haasteena voi olla se, että vastaajien sähköpostitiedot eivät ole ajan tasalla, ja lyhyt vastausaika myös vaikuttaa vastausprosenttiin (tässä tutkimuksessa 16 päivää). On myös huomioitava, että vastaajalla pitää olla käytössä internet-yhteys. Alhainen vastausprosentti ei kuitenkaan ole välttämättä ongelma, vaan kerätyn aineiston yleistettävyyttä voidaan esimerkiksi vertailla muista lähteistä saatavaan väestötason tietoon (Lund & Niva 2019, 203-206). Tässä tutkimuksessa on kerätty sosiodemografisia väestötason tietoja Tilastokeskuksen tietokannasta ja vertailtu aineiston vastaaviin tietoihin. Toinen haaste määrällisessä tutkimuksessa on aineistossa olevat viinoutat. Tässä aineistossa on otettava huomioon se, että keski-ikäiset vastaajat eli 50-64-vuotiaat vastaajat ovat selvästi ylliedustettuna aineistossa, kun taas nuorin ja vanhin vastaajaryhmä on aliedustettuna. Muilta osin aineiston sosiodemografiset jakaumat vastaavat väestötason sosiodemografisia jakaumia.

Tutkimusta lukiessa pitää myös ottaa huomioon se, että tutkimuksen kohteena on vastaajien ilmoittama kulutuksen muutos, ei toteutunut kulutus. Tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä ainoastaan vastaajien itsensä arvioima muutos lähimenneisyydessä. Olennainen kysymys on se, että kuvaako tulevaisuuden aiottu muutos toteutuvaa muutosta vai onko kyseessä vastaajien käsitykset siitä, mikä on toivottavaa lihan kulutusta ja lihan kulutuksen muutosta. Viitaten Tilastokeskuksen kulutustutkimukseen (ks. Aalto 2018) voidaan havaita, että maustamattoman broilerin ja kasviproteiinien kulutus ovat molemmat kasvaneet. Tästä voi päätellä, että lihan kulutuksen suunta on punaisesta lihasta broileriin ja muihin terveellisempinä pidettyihin vaihtoehtoihin. Samalla kasviproteiinituotteiden kulutus on kasvanut, vaikka kulutusmäärät ovat pieniä.

Aineisto antaa kuitenkin samansuuntaisia tuloksia kuin aikaisemmat tutkimukset. Aineistossa on käytetty ruokaan liittyviä asenteita ja arvostuksia käsitteleviä mittareita, jotka on kehitetty tähän käyttötarkoitukseen. Tämän lisäksi lihan ja papujen kulutusta käsittelevissä mittareissa on hyödynnetty aikaisempaa tutkimusta. Aineiston käsittely ja analyysi

on kuvattu mahdollisimman perusteellisesti ja tulokset ovat toistettavissa. Kun otetaan huomioon ikäryhmissä oleva vastausvinouma, niin aineisto antaa luotettavia tuloksia, joita voidaan yleistää väestötasolle. Aineistossa kasviproteiinien kulutus on selvästi korkeampaa nuoremmilla ikäluokilla, ja todennäköisesti nuorten vastaajien lisääntyessä myös kasviproteiineja lisänneiden kuluttajien osuus kasvaisi aineistossa. Toisaalta on otettava huomioon, että vanhin ikäluokka on aineistossa aliedustettuna. Tilastokeskuksen kulutustutkimuksen mukaan lihan kulutus on pienempää 65-vuotiailla ja sitä vanhemmilla kuin keski-ikäisillä (Aalto 2018, 24). Vanhimpien vastaajien lisääntyminen aineistossa todennäköisesti vähentäisi usein lihaa kuluttavien suhteellista osuutta, mutta ei lisääisi kasviproteiineja käyttävien vastaajien määrää aineistossa.

#### **6.4 Jatkotutkimusaiheita**

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan muutosta, käytäntöjä ja niihin vaikuttavia tekijöitä. Suhteessa muutokseen ja käytäntöihin on löydettävissä asenteita ja arvostuksia, jotka ohjaavat kulutusta tiettyyn suuntaan. Lihan kulutuksen muutoksen ja siihen liittyvien käytäntöjen tarkastelun voisi toteuttaa myös laadullisena tutkimuksena, jossa ryhmähaastattelujen avulla tutkittaisiin tässä tutkimuksessa löydettyjen ryhmien edustajia. Tavoitteena olisi tarkastella lihaa ja kasviproteiineja syömisen ja ruoanlaiton käytännöissä sanomisten ja tekemisten kautta. Tavoitteena olisi tarkastella muutostekijöitä, lihaan ja kasviproteiineihin liitettyjä merkityksiä ja samalla sitä, miten lihan ja kasviproteiinien kulutuksen muutos näkyy ruokaostoksissa, ruoanlaitossa ja syömisissä.

Toinen mahdollinen jatkotutkimuksen aihe voisi olla tarkastelu kasvipohjaisten tuotteiden omaksumisesta laajemmin osaksi ruokavaliota. Kasvipohjaisten maitotuotteiden määrä ja saatavuus on kasvanut viime vuosina. Keskolla ja S-ryhmällä kasvipohjaisten, maidon tapaan käytettävien juomien myynti on kuitenkin kasvanut 50-60 prosentilla vuonna 2018 edellisvuoteen verrattuna (Kallunki 2018). Kasvipohjaisten maitotuotteiden omaksumista osaksi ruokavaliota voidaan pohtia esimerkiksi siitä näkökulmasta, että Suomessa on pitkään käytetty hapanmaitotuotteita, kuten viiliä ja piimää. Sillanpään

(1999, 143) mukaan esimerkiksi tästä syystä jogurtti oli helppo omaksua osaksi ruokavaliota, sillä se oli riittävän lähellä suomalaista perinteistä viili- ja piimäkulttuuria. Kasvipohjaisten maitotuotteiden omaksuminen voi liittyä ruokaan liittyviin ympäristökysymyksiin ja ilmastonmuutokseen, mutta täytyy ottaa huomioon, että kasvipohjaisten maitotuotteiden mahdollisia kuluttajia voisivat olla myös ne kuluttajat, joiden ruokavalioon eläinperäiset maitotuotteet eivät sovi.

## Lähteet

### Kirjallisuus

Aalto Kristiina (2018) Elintarvikkeiden kulutus kotitalouksissa vuonna 2016 ja muutokset vuosista 2012, 2006 ja 1998. Helsingin yliopisto: Kuluttajatutkimuskeskus.

Adams Carol J. (1990) *The Sexual Politics of Meat*. Cambridge: Polity Press.

Bacher Johann, Wenzig Knut & Vogler Melanie (2004) SPSS TwoStep Cluster – A First Evaluation. Arbeits- und Diskussionspapiere 2004-2. des Lehrstuhls für Soziologie. Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg.

Brembeck, H. (2005) Home to McDonald's: upholding the family dinner with the help of McDonald's. *Food, Culture and Society*, 8, 215–226.

Bugge Annechen Bahr & Reidar Almås (2006) Domestic Dinner. Representations and Practices of a Proper Meal among Young Suburban Mothers. *Journal of Consumer Culture* 6 (2), 203-228.

De Boer Joop & Aiking Harry (2018) Prospects for pro-environmental protein consumption in Europe: Cultural, culinary, economic and psychological factors. *Appetite* 121. 29-40.

De Coninck, H., Revi A., M. Babiker M., Bertoldi P., Buckeridge M., Cartwright A., Dong W., Ford J., Fuss S., Hourcade J.-C., Ley D., Mechler R., Newman P., Revokatova A., Schultz S., Steg L., L. & Sugiyama T. (2018) Strengthening and Implementing the

Global Response. Teoksessa *Global Warming of 1.5°C. An IPCC Special Report on the impacts of global warming of 1.5°C above pre-industrial levels and related global greenhouse gas emission pathways, in the context of strengthening the global response to the threat of climate change, sustainable development, and efforts to eradicate poverty* Toim. V. Masson-Delmotte, P. Zhai, H.-O. Pörtner, D. Roberts, J. Skea, P.R. Shukla, A. Pirani, W. Moufouma-Okia, C. Péan, R. Pidcock, S. Connors, J.B.R. Matthews, Y. Chen, X. Zhou, M.I. Gomis, E. Lonnoy, T. Maycock, M. Tignor, and T. Waterfield. In Press.

Elias Norbert (1978) *The Civilizing Process vol 1: The History of Manners*. New York: Pantheon Books.

Evans Adrian B. & Miele Mara (2012) *Between food and flesh: how animals are made to matter (and not matter) within food consumption practices*. *Environment and Planning D: Society and Space* 30. 298-314.

Fiddes, N. (1991). *Meat. A natural symbol*. London: Routledge.

Fiddes, N. (1997) *Declining meat: past, present and future imperfect?* Teoksessa *Food, health and identity*. Toim. P. Caplan. London: Routledge. 252-267.

Fogelholm Mikael (2016) *Liha ja terveyst. Teoksessa Vähemmän lihaa. Kohti kestävää ruokakulttuuria*. Toim. Hanna Mattila. Helsinki: Gaudeamus. 77-103.

Gvion-Rosenberg L. (1990) *Why do vegetarian restaurants serve hamburgers? Toward an understanding of a cuisine*. *Semiotica* 80. 61-79.

Hobsbawn E. & Ranger T. (1983) *The Invention of Tradition*. Cambridge: Cambridge University Press.

Holm L. & Møhl M. (2000) The role of meat in everyday food culture: an analysis of an interview study in Copenhagen. *Appetite* 34. 277-283.

Holm Lotte, Lauridsen Drude Skov, Gronow Jukka, Kahma Nina, Kjærnes Unni, Lund Thomas Bøker, Mäkelä Johanna & Niva Mari (2015) The food we eat in Nordic countries – some changes between 1997 and 2012. *Teoksessa Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider*. Toim. Kerstin Bergström, Inger M Jons-son, Hillevi Prell, Inga Wernersson, Helena Åberg. Göteborgs universitet. 227-246.

Holm Lotte, Lauridsen Drude, Lund Thomas Bøker, Gronow Jukka & Niva Mari (2016) Changes in the social context and conduct of eating in four Nordic countries between 1997 and 2012. *Appetite* 103. 358-368.

Holm Lotte, Pipping Ekström Marianne, Hach Sara & Lund Thomas Boker (2015) Who is Cooking Dinner? *Food, Culture and Society* 18(4). 589-610.

Ilmonen Kaj (2007) *Johan on markkinat. Kulutuksen sosiologista tarkastelua*. Tampere: Vastapaino.

Jallinoja Piia, Niva Mari & Latvala Terhi (2016) Future of sustainable eating? Examining the potential for expanding bean eating in a meat-eating culture. *Futures* 83. 4-14.



Jallinoja, Piia, Vinnari Markus & Niva Mari (2019) Veganism and Plant-based Eating. Analysis of Interplay Between Discursive Strategies and Lifestyle Political Consumerism. Teoksessa *The Oxford Handbook of Political Consumerism*. Toim. Magnus Bostrom, Michele Micheletti & Peter Oosterveer. Oxford University Press. 157-179.

Janhonen Kristiina, Benn Jette, Fjellström Christina, Mäkelä Johanna & Palojoki Päivi (2013) Company and meal choices considered by Nordic adolescents. *International Journal of Consumer Studies* 37. 587-595.

Jokinen Pekka, Vinnari Markus & Kupsala Saara (2012) Kuluttajien luottamus suomalaiseseen kotieläintuotantoon. Teoksessa *Hyvä ja paha Ruoka. Ruoan tuotannon ja kuluttamisen vaikutukset*. Toim. Tuija Mononen & Tiina Silvasti. Helsinki: Gaudeamus. 174-195.

Kaartinen Niina, Tapanainen Heli, Reinivuo Heli, Virtanen Suvi, All-Kovero Kirsi & Valsta Liisa (2018) Elintarvikkeiden kulutus. Teoksessa *Ravitsemus Suomessa – FinRavinto 2017 –tutkimus. Nutrition in Finland – The National FinDiet 2017 Survey*. Toim. Liisa Valsta, Niina Kaartinen, Heli Tapanainen, Satu Männistö & Katri Sääksjärvi. THL Raportti 12/2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 49-58.

Katajajuuri Juha-Matti & Pulkkinen Hannele (2016) Liha ja ympäristö. Teoksessa *Vähemmän lihaa. Kohti kestäväää ruokakulttuuria*. Toim. Hanna Mattila. Helsinki: Gaudeamus. 50-76.

Konttinen Hanna, Sarlio-Lähteenkorva Sirpa, Silventoinen Karri, Männistö Satu & Haukkala Ari (2013) Socio-economic disparities in the consumption of vegetables, fruit and energy-dense foods: the role of motive priorities. *Public Health Nutrition* 16(5). 873–882.

Korzen Sara & Lassen Jesper (2010) Meat in context. On the relation between perceptions and contexts. *Appetite* 54. 274–281.

Kupsala Saara (2018) Contesting the meat-animal link and the visibility of animals killed for food: a focus group study in Finland. *Food, Culture and Society* 21(2). 196–213.

Latvala Terhi, Niva Mari, Mäkelä Johanna, Pouta Eija, Heikkilä Jaakko, Kotro Jaana Forsman–Hugg Sati (2012) Diversifying meat consumption patterns: Consumers' self-reported past behaviour and intentions for change. *Meat Science* 92 (1). 71–77.

Lea Emma & Worsley Anthony (2003) Benefits and barriers to the consumption of a vegetarian diet in Australia. *Public Health Nutrition*: 6. 505–511.

Lettenmeier Michael, Akenji Lewis, Toivio Viivi, Koide Ryu & Amellina Aryanie (2019) 1,5 asteen elämäntavat. Miten voimme pienentää hiilijalanjälkemme ilmastavoitteiden mukaiseksi? Sitran selvityksiä 148. Sitra.

<https://media.sitra.fi/2019/05/15135519/1o5-asteen-elamantavat.pdf>. Viitattu 4.6.2019.

Lund Thomas Bøker & Niva Mari (2019) Appendix. Teoksessa *Everyday Eating in Denmark, Finland, Norway and Sweden : A Comparative Study of Meal Patterns 1997-2012*. Toim. Lotte Holm & Jukka Gronow. London: Bloomsbury Academic.

Mononen Tuija & Silvasti Tiina (2012) Yhteiskuntatieteellinen ruokatutkimus. Teoksessa *Hyvä ja paha Ruoka. Ruoan tuotannon ja kuluttamisen vaikutukset*. Toim. Tuija Mononen & Tiina Silvasti. Helsinki: Gaudeamus. 7-25.

Murcott Anne (1983) "It's pleasure to cook for him": food, mealtimes and gender in some South Wales households. Teoksessa *The public and the private*. Toim. Gamarikov E.. Lontoo: Heinemann. 78-90.

Mäkelä Johanna (1996a) "Kyllähän sitä aina yrittää syödä enemmän salaattia". Ravitsemussuositukset ja pääkaupunkilaisnaisten näkemykset terveellisestä syömisestä. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakausilehti* 33 (1). 17-23.

Mäkelä Johanna (1996b) Kunnon ateria. Pääkaupunkiseudun perheellisten naisten käsityksiä. *Sosiologia* 33(1). 12-22.

Mäkelä Johanna (2002) Syömisestä rakenne ja kulttuurinen vaihtelu. *Kuluttajatutkimuskeskus*.

Mäkelä Johanna (2003) Luonnosta kulttuuriksi. Teoksessa *Ruisleivästä Pestoon: näkökulmia suomalaiseen ruokakulttuuriin*. Toim. Johanna Mäkelä, Päivi Palojoiki & Merja Sillanpää. Helsinki: WSOY. 11–33.

Mäkelä Johanna & Niva Mari (2016) Liha suomalaisessa ruokakulttuurissa. Teoksessa Vähemmän lihaa. Kohti kestäväää ruokakulttuuria. Toim. Hanna Mattila. Helsinki: Gaudeamus. 16-35.

Niva Mari, Mäkelä Johanna, Kahma Nina & Kjærnes Unni (2014) Eating sustainably? Practices and background factors of ecological food consumption in four nordic countries. *Journal of Consumer Policy* 37(4). 465-484.

Niva Mari, Vainio Annukka & Jallinoja Pia (2017) Barriers to Increasing Plant Protein Consumption in Western Populations. Teoksessa *Vegetarian and Plant-Based Diets in Health and Disease Prevention*. Toim. François Mariotti. Academic Press. 157-171.

Niva M., Peltoniemi A. & Aalto K. (2018) Turvallista, ympäristöystävällistä ja kulttuurisesti tärkeää? Kotimaisuuden merkitys ruoan valinnassa. *Suomen Maataloustieteellisen Seuran tiedote, Vuosikerta*. 35. 1-7.

Nummenmaa Lauri (2004) *Käyttätymistieteiden tilastolliset menetelmät*. Helsinki: Tammi.

Ovaskainen Marja-Leena (2016) Lihankulutus numeroina. Teoksessa Vähemmän lihaa. Kohti kestäväää ruokakulttuuria. Toim. Hanna Mattila. Helsinki: Gaudeamus. 36-49.

Pohjolainen Pasi & Tapio Petri (2016) Ovatko kuluttajat valmiita muutokseen? Teoksessa Vähemmän lihaa. Kohti kestäväää ruokakulttuuria. Toim. Hanna Mattila. Helsinki: Gaudeamus. 128–148.

Prättälä Ritva & Helminen Päivi (1990) Finnish Meal Patterns. *Bibliotheca Nutritio et Dieta* 45.

Purhonen Semi, Gronow Jukka, Heikkilä Riie, Kahma Nina, Rahkonen Keijo ja Toikka Arho (2014) Suomalainen maku. Kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen. Helsinki: Gaudeamus.

Raudenbush B. & Frank R. A. (1999) Assessing Food Neophobia: The Role of Stimulus Familiarity. *Appetite* 32. 261-271.

Raulio Susanna, Roos Eva & Prättälä Ritva (2010) School and workplace meals promote healthy food habits. *Public Health Nutrition* 13(6A). 987–992.

Reckwitz Andrew (2002) Towards a Theory of Social Practices. A Development in Cultural Theorizing. *European Journal of Social Theory* 5(2). 234-264.

Roos Eva, Sarlio-Lähteenkorva Sirpa & Lallukka Tea (2010) Having lunch at a staff canteen is associated with recommended food habits. *Public Health Nutrition* 7(1). 53–61.

Schatzki Theodore R. (1996) *Social Practices. A Wittgensteinian Approach to Human Activity and the Social*. Cambridge University Press.

Schatzki Theodore R. (2005) Introduction: practice theory. Teoksessa *The Practice Turn in Contemporary Theory*. Toim. Theodore R.Schatzki, Karin Knorr Cetina & Eike von Savigny. Routledge.

Shaw Deidre (2007) Consumer voters in imagined communities. *International Journal of Sociology and Social Policy* 27. 135-150.

Shove Elisabeth, Pantzar Mika & Watson Matt (2012) *The Dynamics of Social Practice Everyday Life and how it Changes*. London: Sage.

Sillanpää Merja (1999) *Happamasta makeaan. Suomalaisen ruoka- ja tapakulttuurin kehitys*. Jyväskylä: Gummerus.

Sillanpää Merja (2003) Nälästä runsauteen: suomalaisen ruokakulttuurin historiaa. Teoksessa *Ruisleivästä Pestoon: näkökulmia suomalaiseen ruokakulttuuriin*. Toim. Johanna Mäkelä, Päivi Palojoki & Merja Sillanpää. Helsinki: WSOY. 11-33.

Toivio Hilja (2009) *Suomen broilerituotannon historia 1959-2009*. Suomen broileryhdistys.

Torkkeli Kaisa, Mäkelä Johanna & Niva Mari (2018) Elements of practice in the analysis of auto-ethnographical cooking videos. *Journal of Consumer Culture* 0(0). 1-20.

Twigg Julia (1983) Vegetarism and the Meanings of Meat. Teoksessa *The Sociology of Food and Eating*. Toim. Anne Murcott. Gower House. 18-30.

Urala Nina, Lähteenmäki Liisa, Huotilainen Anna, Tuorila Hely, Ollila Sari, Hautala Niina & Tuomi-Nurmi Sirpa (2005) Kuluttajien odotusten ja asenteiden mittaaminen. Kuluttajälähtöinen tuotteistaminen –hankkeen tuloksia. *Teknologiakatsaus* 181/2005. Tekes.

Vainio Annukka, Niva Mari, Jallinoja Piia, Latvala Terhi (2016) From beef to beans: Eating motives and the replacement of animal proteins with plant proteins among Finnish consumers. *Appetite* 106. 92-100.

Valtioneuvoston kanslia (2019) Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta. Neuvottelutulos hallitusohjelmasta 3.6.2019.

<https://valtioneuvosto.fi/documents/10184/13883062/Neuvottelutulos+hallitusohjelmasta+3.6.2019.pdf/e60d2023-3596-daec-05db-d36c96e629fa/Neuvottelutulos+hallitusohjelmasta+3.6.2019.pdf.pdf?version=1.0&download=true>. Viitattu 4.6.2019.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta (2014) Terveyttä ruoasta! Suomalaiset ravitsemussuosituksat 2014. Tampere: Valtion ravitsemusneuvottelukunta.

Vanhonacker Filiep, Van Loo Ellen J., Gellynck Xavier, Verbeke Wim (2013) Flemish consumer attitudes towards more sustainable food choices. *Appetite* 62. 7-13.

Vehkalahti Kimmo (2008) Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Tammi.

Vinnari Markus (2008) The future of meat consumption — Expert views from Finland. *Technological Forecasting & Social Change* 75. 893–904.

Vinnari Markus (2010) The Past, Present and Future of Meat Eating in Finland. Turku: Turun kauppakorkeakoulu.

Warde Alan (1997) Consumption, Food and Taste. *Culinary Antinomies and Commodity Culture*. London: Sage.

Warde Alan (2005) Consumption and theories of practice. *Journal of Consumer Culture* 5(2). 131-153.

Warde Alan (2016) *Practice of Eating*. Cambridge: Polity Press.



## Muut lähteet

Hyry Jaakko (2019) Resurssiviisas kansalainen, seurantatutkimus 29.5.2019. Sitra.

<https://media.sitra.fi/2019/07/10170601/resurssiviisas-kansalainen-2019-kyselytutkimuksen-tulokset.pdf>. Viitattu 14.8.2019.

Ilmatieteen laitos (2019) IPCC tukee ilmastopoliittista päätöksentekoa.

<https://ilmatieteenlaitos.fi/ipcc-ilmastopaneeli>. Viitattu 16.5.2019.

Kallunki Elisa (2018) Kauramaidon käyttö kasvaa niin, että suosikkituotteet loppuvat kaupoista – Ruokakulttuurin tutkija: kuluttaja haluaa viestiä tiedostavuudesta ja helpottaa arkea. Yle 1.12.2018.

<https://yle.fi/uutiset/3-10532492>. Viitattu 31.5.2019.

Kanerva Arla & Laitinen Joonas (2019) Suomi elää jauhelihallalla ja lehmänmaidolla – kartat näyttävät, miksi ilmastoraporttien ruokavaatimusten toteutuminen on vaikeaa. Helsingin Sanomat 23.5.2019.

<https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000006115098.html>. Viitattu 4.6.2019.

Luke Tilastotietokanta (2019) Elintarvikkeiden kulutus henkeä kohti 1950- (kg/vuosi): naudanliha, sianliha, siipikarjanliha.

[http://statdb.luke.fi/PXWeb/pxweb/fi/LUKE/LUKE\\_02%20Maatalous\\_08%20Muut\\_02%20Ravintotase/03\\_Elintarvikkeiden\\_kulutus\\_50.px/table/tableViewLayout1/?rxid=af280015-f00c-4377-b08b-36220834d222](http://statdb.luke.fi/PXWeb/pxweb/fi/LUKE/LUKE_02%20Maatalous_08%20Muut_02%20Ravintotase/03_Elintarvikkeiden_kulutus_50.px/table/tableViewLayout1/?rxid=af280015-f00c-4377-b08b-36220834d222). Viitattu 30.8.2019.

Martikainen Annika (2019) Ravitsemussuositukset kehottavat ensimmäistä kertaa syömään ilmastoystävällistä ruokaa: "Lihaa kannattaa laittaa enemmänkin mausteeksi". Yle 17.8.2019.

<https://yle.fi/uutiset/3-10923631>. Viitattu 21.8.2019.

Puolustusvoimat (2018) Kasvisruoka-ateriat puolustusvoimissa. Tiedote 24.8.2018.

[https://puolustusvoimat.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/kasvisruoka-ateriat-puolustusvoimissa](https://puolustusvoimat.fi/artikkeli/-/asset_publisher/kasvisruoka-ateriat-puolustusvoimissa). Viitattu 4.6.2018.

Roose Kari (2018) sähköposti 25.1.2018.

Vegaanihaaste: Keitä me olemme.

<https://vegaanihaaste.fi/keita-me-olemme>. Viitattu 4.6.2019.

## Liitteet

### Liite 1. Kyselylomake

*Huom. Kyselylomaketta ei ole otettu mukaan kokonaisuudessaan, vaan niiltä osin kun se on tutkimuksen kannalta olennainen.*

Aluksi pyydämme sinua ottamaan kantaa erilaisiin ruokaan liittyviin väitteisiin. Valitse vastausvaihtoehdoista lähinnä omaa näkemystäsi vastaava vaihtoehto.

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = hieman eri mieltä, 4 = ei samaa eikä eri mieltä, 5 = hieman samaa mieltä, 6 = jokseenkin samaa mieltä, 7 = täysin samaa mieltä

1.1 Teen ruokaostoksia eri kaupoista hyötyäkseni edullisista hinnoista.

1.2 Pyrin ostamaan elintarvikkeita halvimpaan mahdolliseen hintaan.

1.3 Ostaessani elintarvikkeita vertailen eri tuotemerkkien hintoja saadakseni parhaimman vastineen rahoilleni.

1.4 Ostan hinnaltaan kalliimpia elintarvikkeita, koska ne ovat myös parempia laadultaan.

1.5 Yleensä mitä kalliimpi hinta elintarvikkeella on, sitä parempi se on myös laadultaan.

2.1 Olen hyvin tarkka siitä, että syömäni ruoka on terveellistä.

2.2 Noudatan aina terveellistä ja tasapainoista ruokavaliota.

2.3 Minulle on tärkeää, että päivittäin syömäni ruoka on vähärasvaista.

2.4 Minulle on tärkeää, että päivittäin syömäni ruoka sisältää runsaasti vitamiineja ja hiivaineita.

2.5 Syön mitä mieleni tekee välittämättä kovin paljon ruoan terveellisyydestä.

2.6 Kiinnitän huomiota elintarvikkeiden proteiinipitoisuuteen.

2.7 Vältän sokeria.

3.1 En syö pitkälle jalostettuja tuotteita, koska en tiedä mitä niissä on.

3.2 Pyrin syömään elintarvikkeita, joissa ei ole lisäaineita.

3.3 Haluaisin syödä vain luomukasviksia.

3.4 Mielestäni keinotekoisesti makeutetut elintarvikkeet eivät ole haitallisia terveydelleni.

3.5 Mielestäni luomutuotteet eivät ole sen parempia terveydelleni kuin tavanomaisesti kasvatetut. 3.6 En välitä vaikka päivittäin syömissäni elintarvikkeissa on lisäaineita.

4.1 Syöminen on minulle erittäin tärkeä asia.

4.2 Hemmottelen itseäni ostamalla jotain oikein hyvää ruokaa.

4.3 Minulle ehdoton osa viikonloppua on ruoalla herkuttelu.

4.4 Syöminen on päivän kohokohta.

4.5 Tärkeintä ruoassa on, että se maistuu hyvältä.

4.6 Haluan, että laittaessani ruokaa se valmistuu nopeasti.

4.7 Kotitaloudessani käytetään usein valmisruokaa.

4.8 Osoitan läheisilleni ja itselleni välittämistä valmistamalla maukasta ja terveellistä ruokaa.

5.1 Minulle on tärkeää, että syömäni ruoka on valmistettu kotimaisista raaka-aineista.

5.2 Haluan syödä Suomessa valmistettua ruokaa.

5.3 Haluan syödä lähiruokaa.

5.4 Syön vain minulle entuudestaan tuttuja tuotemerkkejä.

5.5 Syön vain sellaisia elintarvikkeita, joiden turvallisuuteen voin luottaa.

5.6 Syön mahdollisimman paljon luomuruokaa.

5.7 Minulla ei ole mitään geenimuunnettuja elintarvikkeita vastaan.

5.8 Haluan, että tuotantoeläinten kasvatusolot ovat hyvät.

5.9 Ruoan puhtaus ei ole minulle tärkeää.

5.10 Haluan syödä puhdasta ruokaa.

5.11 Suomalainen ruoka ei ole puhtaampaa kuin ulkomainen.

5.12 Suomalainen ruoka on puhdasta.

6.1 Kokeilen jatkuvasti uusia ja erilaisia ruokia.

6.2 Ellen tiedä, mitä ruoka sisältää, en kokeile sitä.

6.3 Pidän eri maiden ruoista.

6.4 Kokeilen uusia ruokia, kun olen ruokavieraana.

6.5 Minua epäilyttää syödä ruokia, joita en ole ennen kokeillut.

6.6 Minusta on hauskaa kokeilla eri maiden ruokakulttuureja edustavia ravintoloita.

12. Missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien väitteiden kanssa?

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = hieman eri mieltä, 4 = ei samaa eikä eri mieltä, 5 = hieman samaa mieltä, 6 = jokseenkin samaa mieltä, 7 = täysin samaa mieltä

12.1 Liha on tärkeä osa monipuolista ruokavaliota.

12.2 Liha on välttämätöntä valkuaisaineiden saannin kannalta.

12.3 Lihan voi hyvin korvata kasviproteiinituotteilla.

12.4 Ravintolassa syön mieluiten lihaa.

12.5 Vierailleni tarjoan mielelläni liharuokia.

12.6 On tärkeää, että Suomessa on tulevaisuudessakin omaa lihantuotantoa.

12.7 Jos maailmassa syötäisiin vähemmän lihaa, ruoka riittäisi paremmin kaikille.

12.8 Ilmastonmuutoksen hidastamiseksi lihankulutusta pitäisi vähentää huomattavasti.

12.9 Lihantuotanto on epäeettistä.

12.10 Perheeni syö lihaa eikä halua vähentää lihansyöntiään.

12.11 Koen joidenkin kasvissyöjien asenteet lihansyönnin vähentämiseksi painostaviksi.

12.12 Osaan valmistaa lihasta maukkaampaa ruokaa kuin muista ruoka-aineista.

12.13 Olen tottunut tekemään lihaa sisältäviä ruokia.

12.14 Minun on helpompi löytää reseptejä liharuokille kuin kasvisruokille.

13. Entä missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien väitteiden kanssa?

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = hieman eri mieltä, 4 = ei samaa eikä eri mieltä, 5 = hieman samaa mieltä, 6 = jokseenkin samaa mieltä, 7 = täysin samaa mieltä

13.1 En osaa valmistaa kovin hyvin kasvisruokia.

13.2 Pavut ovat edullisia.

13.3 Minusta pavut ovat epämiellyttävän makuisia.

13.4 Pavut ovat monipuolinen raaka-aine.

13.5 Papujen käyttö on helppoa.

13.6 Haluaisin oppia valmistamaan enemmän kasvisruokia.

14. Kuinka usein syöt seuraavia ruoka-aineita?

1 = päivittäin tai useita kertoja viikossa, 2 = kerran viikossa, 3 = muutaman kerran kuukaudessa, 4 = noin kerran kuukaudessa, 5 = harvemmin kuin kerran kuukaudessa, 6 = en koskaan

14.1 Naudanlihaa

14.2 Sianlihaa

14.3 Broileria

14.4 Kalaa

15. Entä kuinka usein syöt herneitä, papuja tai kasviproteiinituotteita? Kasviproteiinituotteilla tarkoitetaan nyhtökauraa, härkistä, tofua tai muita soijatuotteita, quornia, tempehiä, seitania tai muuta vastaavaa kasvispohjaista proteiinipitoista tuotetta.

1 = päivittäin tai useita kertoja viikossa, 2 = kerran viikossa, 3 = muutaman kerran kuukaudessa, 4 = noin kerran kuukaudessa, 5 = harvemmin kuin kerran kuukaudessa, 6 = en koskaan

15.1 Herneitä

15.2 Papuja tai linssejä

15.3 Tofua

15.4 Soijarouhetta, soijanakkeja tai soijasuikaleita

15.5 Nyhtökauraa tai härkistä

15.6 Tempehiä, seitania, quornia tai muuta kasviproteiinituotetta

16. Alla on lueteltu sanoja, jotka ovat toistensa vastakohtia. Merkitse mihin kohtaan asteikkoa kasviproteiinituotteisiin liittyvät mielikuvasi parhaiten asettuvat.

Kasviproteiinituotteet ovat mielestäni...

Asteikko 1-7, jossa 1 = terveellistä, 7 = epäterveellistä

16.1 terveellisiä – epäterveellisiä

16.2 luonnollisia –teollisia

16.3 houkuttelevia – inhottavia

16.4 tuttuja – eksoottisia

16.5 edullisia - kalliita

16.6 hyvänmakuisia – pahanmakuisia

16.7 kotimaisia – ulkomaisia

16.8 ympäristöystävällisiä – ympäristölle haitallisia

16.9 eettisiä – epäeettisiä

16.10 sosiaalisesti hyväksyttäviä – eivät sosiaalisesti hyväksyttäviä

16.11 helppoja valmistaa - vaikeita valmistaa

16.12 helposti hankittavissa – vaikeasti hankittavissa

16.13 kiinnostavia – eivät kiinnostavia

17. Korvaatko aterioissasi lihaa pavuilla tai muilla kasviproteiinituotteilla? Valitse sopivin vaihtoehto.

- 1 Kyllä, olen kasvissyöjä enkä syö lihaa
- 2 Noin 4–5 kertaa viikossa
- 3 Noin 2–3 kertaa viikossa
- 4 Kerran viikossa
- 5 Muutaman kerran kuukaudessa
- 6 Kerran kuukaudessa
- 7 Vähemmän kuin kerran kuukaudessa
- 8 En koskaan korvaa lihaa kasviproteiinituotteilla

29. Minä vuonna olet syntynyt?

30. Sukupuoli

- 1 nainen
- 2 mies
- 3 muu/en halua vastata

31. Mikä on ylin suorittamasi tutkinto?

- 1 perus- tai kansakoulu
- 2 ammatti-/tekninen/kauppakoulu
- 3 ylioppilas/lukio
- 4 opisto
- 5 ammattikorkeakoulu
- 6 yliopisto/korkeakoulu



36. Mikä on asuinpaikkakuntasi?

1 Helsinki

2 Espoo/Kauniainen/Vantaa

3 muu yli 100 000 asukkaan kaupunki

4 50 000 – 100 000 asukkaan kaupunki

5 alle 50 00

6 muu kunta

**Liite 2. Lihaa ja papujen kulutusta käsittelevien keskiarvomuuttujien väittämät ja Cronbachin alfa.**

Keskiarvomuuttuja	Väittämät	Cronbachin Alfa
Lihan tärkeys ruokavaliassa	<p>Liha on tärkeä osa monipuolista ruokavaliota.</p> <p>Liha on välttämätöntä valkuaisaineiden saannin kannalta.</p> <p>Lihan voi hyvin korvata kasviproteiinituotteilla. (käännetty)</p>	0,849
Lihan tärkeys ruokaan liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa	<p>Ravintolassa syön mieluiten lihaa.</p> <p>Vierailleni tarjoan mielelläni liharuokia.</p> <p>Perheeni syö lihaa eikä halua vähentää lihansyöntiään.</p>	0,814
Lihantuotannon ja kulutuksen eettisten ongelmien tärkeys	<p>Jos maailmassa syötäisiin vähemmän lihaa, ruoka riittäisi paremmin kaikille.</p> <p>Ilmastonmuutoksen hidastamiseksi lihankulutusta pitäisi vähentää huomattavasti.</p> <p>Lihantuotanto on epäeettistä.</p>	0,855
Lihan tärkeys ruoanlaittoon liittyvässä osaamisessa	<p>Osaan valmistaa lihasta maukkaampaa ruokaa kuin muista ruoka-aineista.</p> <p>Olen tottunut tekemään lihaa sisältäviä ruokia.</p> <p>Minun on helpompi löytää reseptejä liharuoille kuin kasvisruoille.</p>	0,791
Papujen arvostus ruoka-aineena	<p>Pavut ovat edullisia.</p> <p>Minusta pavut ovat epämiellyttävän makuisia. (käännetty)</p> <p>Pavut ovat monipuolinen raaka-aine.</p> <p>Papujen käyttö on helppoa.</p>	0,799

**Liite 3. Yleisiä ruokaan liittyvien arvostusta käsittelevien summamuuttujien väittämät ja Cronbachin alfa.**

Keskiarvomuuttuja	Väittämät	Cronbachin Alfa
Uutuudenpelko	<p>Kokeilen jatkuvasti uusia ja erilaisia ruokia. (käännetty)</p> <p>Ellen tiedä, mitä ruoka sisältää, en kokeile sitä.</p> <p>Pidän eri maiden ruoista. (käännetty)</p> <p>Kokeilen uusia ruokia, kun olen ruokavieraana. (käännetty)</p> <p>Minua epäilyttää syödä ruokia, joita en ole ennen kokeillut.</p> <p>Minusta on hauskaa kokeilla eri maiden ruokakulttuureja edustavia ravintoloita.(käännetty)</p>	0,849
Terveellisyys	<p>Olen hyvin tarkka siitä, että syömäni ruoka on terveellistä.</p> <p>Noudatan aina terveellistä ja tasapainoista ruokavaliota.</p> <p>Minulle on tärkeää, että päivittäin syömäni ruoka on vähärasvaista.</p> <p>Minulle on tärkeää, että päivittäin syömäni ruoka sisältää runsaasti vitamiineja ja hivenaineita.</p> <p>Syön mitä mieleni tekee välittämättä kovin paljon ruoan terveellisyydestä. (käännetty)</p> <p>Kiinnitän huomiota elintarvikkeiden proteiinipitoisuuteen.</p> <p>Vältän sokeria.</p>	0,864
Luonnollisuus	<p>En syö pitkälle jalostettuja tuotteita, koska en tiedä mitä niissä on.</p> <p>En välitä vaikka päivittäin syömissäni elintarvikkeissa on lisäaineita. (käännetty)</p> <p>Pyrin syömään elintarvikkeita, joissa ei ole lisäaineita.</p> <p>Haluaisin syödä vain luomukasviksia.</p> <p>Mielestäni keinotekoisesti makeutetut elintarvikkeet eivät ole haitallisia terveydelleni. (käännetty)</p>	0,830

	Mielestäni luomutuotteet eivät ole sen parempia terveydelleni kuin tavanomaisesti kasvatetut. (käännetty)	
Hinta	<p>Teen ruokaostoksia eri kaupoista hyötyäkseni edullisista hinnoista. (käännetty)</p> <p>Pyrin ostamaan elintarvikkeita halvimpaan mahdolliseen hintaan. (käännetty)</p> <p>Ostaessani elintarvikkeita vertailen eri tuotemerkkien hintoja saadakseni parhaimman vastineen rahoilleni. (käännetty)</p> <p>Ostan hinnaltaan kalliimpia elintarvikkeita, koska ne ovat myös parempia laadultaan.</p> <p>Yleensä mitä kalliimpi hinta elintarvikkeella on, sitä parempi se on myös laadultaan.</p>	0,623
Kotimaisuus	<p>Minulle on tärkeää, että syömäni ruoka on valmistettu kotimaisista raaka-aineista.</p> <p>Haluan syödä Suomessa valmistettua ruokaa.</p> <p>Suomalainen ruoka on puhdasta.</p>	0,783
Ruoasta saatava nautinto	<p>Syöminen on minulle erittäin tärkeä asia.</p> <p>Hemmottelen itseäni ostamalla jotain oikein hyvää ruokaa.</p> <p>Minulle ehdoton osa viikonloppua on ruoalla herkuttelu.</p> <p>Syöminen on päivän kohokohta.</p> <p>Tärkeintä ruoassa on, että se maistuu hyvältä.</p> <p>Osoitan läheisilleni ja itselleni välittämistä valmistamalla maukasta ja terveellistä ruokaa.</p>	0,772

**Liite 4. Lihan kulutuksen tiheys ryhmittäin (ristiintaulukointi).**

		Keventävät kuluttajat	kasviprote- iineja lisän- neet kuluttajat	muuttumatto- mat kuluttajat	Yhteensä
Naudanliha	vähintään kerran viikossa	47	24	57	44
	Kerran tai muuta- man kerran kuu- kaudessa	38	26	32	33
	Harvemmin tai ei koskaan	15	50	11	23
	Yhteensä	100	100	100	100
Sianliha	vähintään kerran viikossa	53	21	59	47
	Kerran tai muuta- man kerran kuu- kaudessa	35	27	32	32
	Harvemmin tai ei koskaan	12	52	9	21
	Yhteensä	100	100	100	100
Broileri	vähintään kerran viikossa	70	43	59	59
	Kerran tai muuta- man kerran kuu- kaudessa	25	23	35	28
	Harvemmin tai ei koskaan	5	34	6	13
	Yhteensä	100	100	100	100
Kala	vähintään kerran viikossa	60	53	47	54
	Kerran tai muuta- man kerran kuu- kaudessa	31	25	38	32
	Harvemmin tai ei koskaan	9	22	15	14
	Yhteensä	100	100	100	100
	N	431	265	313	1000

**Liite 5. Kasviproteiinituotteiden kulutuksen tiheys ryhmittäin (ristiintaulukointi).**

		Keventävät kulutta- jat	kasviproteiineja li- sänneet kuluttajat	muuttumattomat ku- luttajat	Yhteensä
Herneitä	vähintään kerran vii- kossa	17	32	13	20
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	44	42	42	43
	Harvemmin tai ei koskaan	39	26	35	37
	Yhteensä	100	100	100	100
Papuja tai linssejä	vähintään kerran vii- kossa	10	36	9	16
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	31	41	26	32
	Harvemmin tai ei koskaan	59	23	65	52
	Yhteensä	100	100	100	100
Tofua	vähintään kerran vii- kossa	0	20	1	6
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	5	24	6	10
	Harvemmin tai ei koskaan	95	56	94	84
	Yhteensä	100	100	100	100
Soijatuotteita	vähintään kerran vii- kossa	1	21	2	6
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	6	27	3	11
	Harvemmin tai ei koskaan	93	51	95	83
	Yhteensä	100	100	100	100
Nyhtökauraa tai Här- kistä	vähintään kerran vii- kossa	0	20	0	5
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	8	30	6	13
	Harvemmin tai ei koskaan	92	50	94	82
	Yhteensä	100	100	100	100
Tempehiä, seitania, quornia tai muuta	vähintään kerran vii- kossa	0	10	1	3
	Kerran tai muutaman kerran kuukaudessa	3	23	4	8
	Harvemmin tai ei koskaan	97	67	95	89
	Yhteensä	100	100	100	100
	N	431	256	313	1000

**Liite 6. Lihan kulutuksen aiottu muutos 2-3 vuoden aikana ryhmittäin (ristiintaulukointi).**

		Keventävät kulut- tajat	kasviproteiineja li- sänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Yhteensä
Naudanliha	Ei ole käyttänyt eikä aio jatkossa- kaan käyttää	2	35	1	10
	Kulutus tulee vä- henemään	33	42	8	27
	Kulutus pysyy en- nallaan	62	22	89	61
	Kulutus tulee li- sääntymään	3	1	2	2
	Yhteensä	100	100	100	100
Sianliha	Ei ole käyttänyt eikä aio jatkossa- kaan käyttää	2	40	1	11
	Kulutus tulee vä- henemään	36	43	13	31
	Kulutus pysyy en- nallaan	59	16	84	56
	Kulutus tulee li- sääntymään	3	1	2	2
	Yhteensä	100	100	100	100
Broileri	Ei ole käyttänyt eikä aio jatkossa- kaan käyttää	2	27	2	8
	Kulutus tulee vä- henemään	6	30	5	12
	Kulutus pysyy en- nallaan	73	41	88	70
	Kulutus tulee li- sääntymään	19	2	5	10
	Yhteensä	100	100	100	100
Kala	Ei ole käyttänyt eikä aio jatkossa- kaan käyttää	1	15	5	6
	Kulutus tulee vä- henemään	2	10	1	4
	Kulutus pysyy en- nallaan	54	51	74	59
	Kulutus tulee li- sääntymään	43	24	20	31
	Yhteensä	100	100	100	100
	N	431	256	313	100

**Liite 7. Kasvisten ja kasviproteiinien kulutuksen aiottu muutos seuraavan 2-3 vuoden aikana ryhmittäin (ristiintaulukointi).**

		Keventävät kulut- tajat	kasviproteiineja li- sänneet kuluttajat	muuttumattomat kuluttajat	Yhteensä
Kasvikset	Ei ole käyttä- nyt eikä aio jatkoksakaan käyttää	1	1	1	1
	Kulutus tulee vähenemään	2	1	1	1
	Kulutus pysyy ennallaan	41	38	79	52
	Kulutus tulee lisääntymään	56	60	19	46
	Yhteensä	100	100	100	100
Pavut	Ei ole käyttä- nyt eikä aio jatkoksakaan käyttää	22	5	26	19
	Kulutus tulee vähenemään	6	4	6	5
	Kulutus pysyy ennallaan	49	47	62	53
	Kulutus tulee lisääntymään	22	44	6	23
	Yhteensä	99	100	100	100
Kasviproteiinituotteet	Ei ole käyttä- nyt eikä aio jatkoksakaan käyttää	54	5	60	43
	Kulutus tulee vähenemään	3	4	3	3
	Kulutus pysyy ennallaan	23	34	27	27
	Kulutus tulee lisääntymään	20	57	10	27
	Yhteensä	100	100	100	100
	N	431	256	313	1000